

延長申請が必要です 感染症の自粛期間に 定期接種機会を逃した人

定期接種は、健康な時に早めに接種することをお勧めします。ただし新型コロナウイルス感染症拡大防止に伴う外出自粛で定期接種を逃した人は、事前に市保健センターに申請してください。認定されると接種期間を延長します。対象などは次の通り。



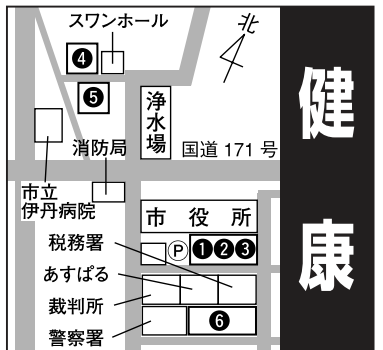
【対象】 定期接種について外出自粛などにより接種機会を逃した人
【延長期間】 認定日より▷子どもの定期接種(ロタウイルスワクチン除く) = 2年間▷高齢者肺炎球菌感染症 = 1年間
【持ち物】 印鑑、子どもの場合は母子健康手帳、高齢者の場合は予防接種券。
やむを得ず市外にある医療機関で予防接種を希望する場合は、事前申し込みが必要です。

市保健センター ☎784-8034

女性の心身は思春期、成熟期、更年期、老年期とライフサイクルの中で大きく変化があり、不調を感じる場合もあります。生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごせるように、この機会に自身と家族の健康を見直しましょう。

女性の健康週間

3月1～8日



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

⑥県伊丹健康福祉事務所(伊丹保健所) ☎785-9437 [ファクス] 777-4091

定期的に検診を受けましょう。
【子宮頸がん検診】20歳から年に1回、受診料千円で市の検診が受診できます。65歳以上は無料。市内実施医療機関で受診。
◎自分でできる「乳がん自己チェック」 女性がわかるがんの中で最も多いのが乳がんです。また唯一、自己チェックで見つけることのできるがんでもあります。自己チェックは月経後4・5日目に、閉経後は毎月、日を決めて行うのがお勧めです。【見てチェック】鏡の前で両腕を上げた状態・下げた状態で正面・側面・斜めから乳房を観察しましょう。

左右の乳房・乳頭の形や大きさに変化はないか、えくぼのようなくぼみやひきつれ、乳頭が赤く腫れているか、乳管から分泌物が出るかを確認します。
【触ってチェック】指の腹で小さく円を描きながら滑らせるように動かし、しこりがないかを確認します。
乳房だけでなく、鎖骨から肋骨の下、脇の下まで広い範囲を触りましょう。乳頭をつまみ、分泌物がないかの確認を。
【乳がん検診(マンモグラフィ)】40歳から2年に1回、受診料1千700円で市の検診が受診できます。65歳以上は無料。実施医療機関は▽市立伊丹病院▽近畿中央病院(車塚3)▽ばばプレストクリニック(西台1)。各医療機関へ直接、申し込みを。

今年度は3月25日まで
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
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。
昨年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。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②健診・健康づくり担当へ。発熱や咳などの症状がある場合は、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。昨年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。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②健診・健康づくり担当へ。発熱や咳などの症状がある場合は、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。

3月の健康カレンダー(最新情報は市ホームページで確認を)

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。郵送での申請も可	
	もうすぐパパママ教室	妊娠している人。家族1人同伴可			市ホームページで確認を
	ぶれママ&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	23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1日から)	令和2年8~10月生まれ(離乳食開始の頃、初期の人向け)	12・23・29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)		日時は予約時に問い合わせください	心理士・保健師による面接相談
すくすく子育て相談	育児に関して悩んでいる人	1・8・15・22・29日	日時は予約時に問い合わせください	保健師・栄養士による面接相談	
市保健センター	4か月児健診				個別に案内しています
	10か月児健診	令和2年5月生まれ			日時は直接、実施医療機関に問い合わせください
	1歳6か月児健診				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
市保健センター	3歳児健診				個別に案内しています
	健康度アップ会(生活習慣病に関する相談会)	20歳以上	30日	受け付け 9:30~11:15(要予約)	体組成測定可(要予約) ②健診・健康づくり担当
市保健センター	歯科保健相談	幼児・一般・妊婦	25日	13:00~14:00	歯や口の相談(予約不要)。無料
	ふん便検査(水検査)	一般	1・2・8・9・15・22・23・29・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)		3・17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)	希望する人			
	専門栄養相談(要予約)(健康管理課)		22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
市保健センター	こころのケア相談(要予約)(地域保健課)		4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

高齢者肺炎球菌ワクチン対象者

昭和30年4月2日~31年4月1日生まれ
25年4月2日~26年4月1日生まれ
20年4月2日~21年4月1日生まれ
15年4月2日~16年4月1日生まれ
10年4月2日~11年4月1日生まれ
5年4月2日~6年4月1日生まれ
大正14年4月2日~15年4月1日生まれ
9年4月2日~10年4月1日生まれ

伊丹市地域活動栄養士協議会

入会講座を開催

市地域活動栄養士協議会は、地域の人の健康づくりを食生活からサポートする活動を行っています。同協議会の入会講座を次の通り開催します。

【日時】 5月10日(月)午前10時半
【会場】 県伊丹健康福祉事務所
【内容】 健康づくりや食育推進に関する講義やグループワーク、調理実習など(全7回)
【対象・定員】 市内在住の栄養士・管理栄養士免許を持つ8人
【受講料】 無料(実習の材料費別)
 3月1日から市地域活動栄養士協議会 ☎080-6233-9560へ。先着順。

◆高齢者の肺炎球菌感染症(接種費用一部公費負担) 対象は、市から予防接種券が送付され、今まで23価肺炎球菌ワクチンを接種(任意接種含む)したことのない▽右表の生年月日に該当する▽60~64歳で身体障害者手帳1級相当の心臓、じん臓、呼吸器の障害またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害がある(身体障害者手帳か診断書持参)——接種希望者。3月31日までに1回接種を。接種料4千円。
【やむを得ず市外にある医療機関で予防接種を希望する場合は、市保健センターで事前に申し込む必要があります(条件あり)。
③ 市保健センター ☎784-8080