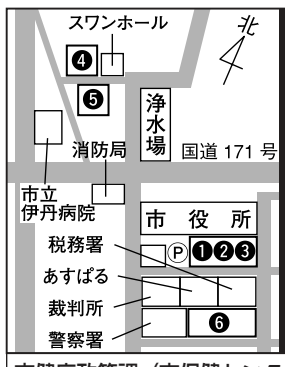
健康



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

子どもがかかりやすい 夏の感染症に注意

子どもがかかりやすい夏の感染症の症状は次の通り。

▽ヘルパンギーナ＝発熱・口の中にできる水疱（すいほう）など▽手足口病＝発熱や口の粘膜及び手足などに現れる水疱性の発しん▽咽頭結膜熱（プール熱）＝高熱・喉の痛みや腫れ・目やに▽流行性角結膜炎（はやり目）＝目やに・目の充血・痛みなど。

本来、秋から冬にかけて流行する発熱やせきなどの症状のRSウイルス感染症も増えており、いずれも、接触や飛沫（ひまつ）により感染します。咽頭結膜熱や流行性角結膜炎の原因となるアデノウイルスは感染力が非常に強いので特に注意しましょう。

接触や飛沫による感染を防ぐため、流水と石けんによる手洗いやうがいをしましょう。

問市保健センター☎784・8034。

★ボディバランス測定会を開催

体重だけでは分からない筋肉量や体脂肪率などを測定します。

1回目の測定結果より2回目の測定結果で、市が定める基準を満たして数値改善（もともと良い人は維持）した人全員に千円分の商品券をプレゼント。

日程は**左表**の通り。

▽会場＝市保健センター▽対象・定員＝第1回・2回の両測定会に参加できる20歳以上の市民各50人（ペースメーカーなど医療用電気機器を装着している人は測定できません。妊娠中の人は効果が判定できないため商品券のプレゼントはありません）▽参加料＝無料。

ボディバランス測定会　日程

測定1回目	時間帯		測定2回目	時間帯
7月19日(月)	午後	▷	10月18日(月)	午後
8月1日(日)	午後	▷	11月7日(日)	午後

1回目と2回目の測定会はセット（時間帯含む）

申電話で❷健診・健康づくり担当へ。先着順。

◆胃がん・肺がん検診（アスベスト関連疾患検診）

日程と会場は**右表**の通り。定員あり。

対象は▽胃がん・肺がん検診＝昭和57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（かくたん）検査（肺がん検診とセット）＝昭和47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600以上である人（過去における喫煙者を含む）。容器は事前に送付。痰をとって検診当日に持参を。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＝500円▽肺がん検診＝100円▽喀痰検査＝400円――です。満65歳以上は無料。

肺がん検診に併せて、アスベスト関連疾患検診も受診できます。無料（肺がん検診料は必要）。肺がん検診申込時に申し出を。

胃がん・肺がん検診　日程と会場

月	日（曜日）	会場
6	7(月)B	防災センター
	9(水)B	
	20(日)A	
	22(火)B	「ふらっと」人権センター
7	5(月)A	防災センター
	13(火)B	

受付時間は午前9～11時。Aは男性、Bは女性が先に受診

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、希望する検診名、受診希望日（第2希望まで）を書いて、〒664・8503伊丹市役所健診・健康づくり担当へ。電話や市ホームページから電子申請も可。先着順。検診日の約10日前に受診案内を送付します（第1希望日の予約が取れない場合のみ、担当から連絡）。

★乳がん検診（マンモグラフィー）

対象は、昭和57年3月31日以前生まれの女性。令和2年4月1日以降に市の乳がん検診を受けた人か、妊娠中や治療中の人除く。受診料1千700円。満65歳以上は無料。

受診方法は次の通り。

【市内実施医療機関で受診】直接、市内実施医療機関に検診日などの問い合わせを。

防災センター乳がん検診　日程

月	日（曜日）	時間
6	27(日)	午後
7	1(木)	午前
	7(水)	
	16(金)	
	28(水)	
	30(金)	

【防災センターで受診】日程は**左上表**の通り。定員あり。

申し込みは、電話かファクスで❷健診・健康づくり担当へ。先着順。

いきいき健康大学を開催

市は、東リ いたみホールで健康維持のこつを学ぶ講座「いきいき健康大学」を次の通り開催します。

【日程・内容】▽6月28日＝「転倒リスクや加齢による飲み込みにくさについて簡単な測定を実施」▽7月5日＝「フレイル予防～免疫力を高める食事」▽12日＝「認知症の備えを考える～本人も周囲も笑って過ごすコツ」。

いずれも月曜午後2時。講義後に介護予防のための体操を実施。

対象・定員は市内在住の65歳以上各50人。

無料。

申市介護保険課☎784・8037へ。先着順。

すっきり健康体操講座

東リ いたみホールは、筋力の維持向上を目的とした簡単で楽しい運動や関節、筋肉をほぐすストレッチなどを行う「すっきり健康体操講座」を次の通り開催します。

【日程】▽7月1日(木)▽29日(木)▽8月9日(木)。

いずれも午前10時45分、東リ いたみホール地下1階の多目的ホールで。

【対象・定員】55歳以上各22人。

【受講料】▽1講座＝750円▽3講座＝2千200円。

申6月3日午前10時から東リ いたみホール☎778・8788か伊丹スポーツセンター☎783・5613へ。先着順。

B型肝炎被害者救済無料相談・説明会

全国B型肝炎訴訟大阪原告団・弁護団は、幼少時の集団予防接種によりB型肝炎ウイルスに感染した被害者を救済するため、次の通り相談・説明会を開催します。

▽日時＝6月12日(土)午後1時半～3時半▽会場＝フェスタ立花南館5階（尼崎市七松町）。

無料。当日直接、会場へ。

問玉田法律事務所☎06・6809・2144。

6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		
	もうすぐパパママ教室（申し込みは1日から）	妊娠している人。家族1人同伴可	11・18日	13:30～16:30（13:15から受け付け）	申し込みなど詳しくは市ホームページで確認を
	モグモグ離乳食教室（申し込みは1日から）	令和2年11～令和3年1月生まれ（離乳食開始の頃、初期の人向け）	11・22日	10:00～12:00（9:30から受け付け）	定員各10組（第1子優先）。先着順 ❶母子保健担当
東リいたみホール	ぷれママ＆ふれっしゅママのつどい（申し込みは1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6か月児未満とその保護者	25日	13:30～15:00（13:15から受け付け）	申し込みなど詳しくは市ホームページで確認を
	のびのび教室（申し込みは7日から）	令和2年4～6月生まれ	23日	13:30～15:00（13:15から受け付け）	定員15組。申し込みは❶母子保健担当へ。先着順
市保健センター	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（要予約）	育児に関して悩んでいる人	7・14・21・28日	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
医療機関	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8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（生活習慣や健康に関する相談会）	20歳以上	21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	24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	1・7・8・14・15・21・22・28・29日	9:00～11:00 ☎785-9437 ファクス777-4091	指定容器が必要
	専門栄養相談（要予約）（健康管理課）	希望する人	28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）			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）		9日	13:00～15:00 ☎785-7874 ファクス777-4091	精神保健福祉士による相談