

健康



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



市国保特定 後期高齢者 健診

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月以降に市国保に加入した人は、**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。
②健診・健康づくり担当
 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月以降に市国保に加入した人は、**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。

★乳がん検診(マンモグラフィ)
 ① 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、妊娠中や治療中の乳がんを除く。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健診日などの問い合わせを。
【防災センターで受診】 日程は右下表の通り。定員あり。申し込みは、電話かファクスで**②健診・健康づくり担当**へ。

防災センター乳がん検診 日程

月	日(曜日)	時間
7	7日(水)	午前
	16日(金)	
	28日(水)	
	30日(金)	
8	1日(日)	午前・午後

【日時】▽9月6日(月)▽10月7日(木)▽30日(土)のいずれも午前(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)各70人(受診料)各1千100円。
 ① 申込書(希望日、希望する検査項目)を記入し、〒664-8503伊丹市役所健康・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(健)診日の約10日前に受診案内を送付します(第1希望日、担当から連絡)。
 ② 申込書(希望日、希望する検査項目)を記入し、〒664-8503伊丹市役所健康・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(健)診日の約10日前に受診案内を送付します(第1希望日、担当から連絡)。

いたみ健康フェア

inイオンモール伊丹昆陽

市は、市民の健康づくりの応援を目的に「いたみ健康フェアinイオンモール伊丹昆陽」を次の通り開催します。
【日時】7月3日(土)午前11時~午後5時
【会場】イオンモール伊丹昆陽(池尻4)
【内容】▷デューク更家さんによるウォーキング講座▷体組成測定▷歯科医師会コーナー▷生活習慣病予防の相談や展示——など
 無料。当日直接、会場へ。
 市健康政策課
 ☎784-8034



市は、市国保特定健診・後期高齢者健診を行っています。対象は40歳以上の市国保加入者。後期高齢者医療制度被保険者。健診は、市内実施医療機関で受診できます。

★胃がん検診(アスベスト関連疾患検診)
 日程と会場は左下表の通り。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の人(妊娠中や放射線治療中の人を除く)▽喀痰検査(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。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1100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。

熱中症に注意
 これからの季節は日中の日差しが強くなり、気温が急激に上昇することに加え、マスク着用により熱中症になる危険性が高くなります。
 熱中症は、高温多湿な環境に長くいることで、体内の水分・塩分バランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を言います。日ごろから体調を管理し、次のことに気を付けて熱中症を予防しましょう。
【こまめに水分補給】喉が渇いていなくても、茶や水、スポーツドリンクなどでこまめに水分補給をしましょう。
【暑さを避ける】麻や綿などの通気性の良い、吸湿性・速乾性のある衣服を着用したり、冷却グッズで体を冷やしたりしましょう。
【暑い時は人混みを避け、適宜マスクを外すことも必要です】屋内では、扇風機やエアコンで温度を調節し涼しく。屋外では、日傘や帽子を着用し日陰で休憩をとりましょう。
【熱中症の症状を知る】目まい、立ちくらみ、手足のしびれ、こむら返り、気分が悪い、頭痛などがあります。重症になると、動指導士、歯科衛生士、保健師、栄養士などを健康づくりの講師として派遣しています。

30歳代の健診
 昭和57年4月1日~平成4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)。
胃がん・肺がん検診 日程と会場

月	日(曜日)	会場
7	13日(水)B	防災センター
	9日(木)B	
9	16日(木)A	
	25日(土)B	

受付時間は午前9~11時。Aは男性、Bは女性が先に受診

熱中症に注意
 これからの季節は日中の日差しが強くなり、気温が急激に上昇することに加え、マスク着用により熱中症になる危険性が高くなります。
 熱中症は、高温多湿な環境に長くいることで、体内の水分・塩分バランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を言います。日ごろから体調を管理し、次のことに気を付けて熱中症を予防しましょう。
【こまめに水分補給】喉が渇いていなくても、茶や水、スポーツドリンクなどでこまめに水分補給をしましょう。
【暑さを避ける】麻や綿などの通気性の良い、吸湿性・速乾性のある衣服を着用したり、冷却グッズで体を冷やしたりしましょう。
【暑い時は人混みを避け、適宜マスクを外すことも必要です】屋内では、扇風機やエアコンで温度を調節し涼しく。屋外では、日傘や帽子を着用し日陰で休憩をとりましょう。
【熱中症の症状を知る】目まい、立ちくらみ、手足のしびれ、こむら返り、気分が悪い、頭痛などがあります。重症になると、動指導士、歯科衛生士、保健師、栄養士などを健康づくりの講師として派遣しています。

7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	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
	子育て教室(申し込みは1日から)	妊娠している人。家族1人同伴可	9・16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
	子育て教室(申し込みは1日から)	令和2年12月~令和3年2月生まれ(離乳食開始の頃、初期の人向け)	9・16・27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。①母子保健担当
みどりホール	ぶれママふれっしょい(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	30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5日から)	令和2年7月生まれ	28日	13:30~15:00(13:15から受け付け)	定員15組。申し込みは①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)	日時が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
	乳幼児相談(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)	日時が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
	子育て相談(要予約)	育児に関して悩んでいる人	5・12・19・26日	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
医療機関	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9月生まれ	日時が直接、実施医療機関に問い合わせください		
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	個別に案内しています			
市保健センター	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	7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
市口腔保健センター	歯科保健相談	幼児・一般・妊婦	29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	ふん便水検査(飲料所付)	一般	5・6・12・13・26・27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(健康管理課)	希望する人	26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(地域保健課)	希望する人	28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

塩分バランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を言います。日ごろから体調を管理し、次のことに気を付けて熱中症を予防しましょう。
【こまめに水分補給】喉が渇いていなくても、茶や水、スポーツドリンクなどでこまめに水分補給をしましょう。
【暑さを避ける】麻や綿などの通気性の良い、吸湿性・速乾性のある衣服を着用したり、冷却グッズで体を冷やしたりしましょう。
【暑い時は人混みを避け、適宜マスクを外すことも必要です】屋内では、扇風機やエアコンで温度を調節し涼しく。屋外では、日傘や帽子を着用し日陰で休憩をとりましょう。
【熱中症の症状を知る】目まい、立ちくらみ、手足のしびれ、こむら返り、気分が悪い、頭痛などがあります。重症になると、動指導士、歯科衛生士、保健師、栄養士などを健康づくりの講師として派遣しています。

応援します あなたの健康づくり
 市は、医師、薬剤師、健康運動指導士、歯科衛生士、保健師、栄養士などを健康づくりの講師として派遣しています。

献血は命をつなぐボランティア
 新型コロナウイルス感染症の流行に伴い献血者が減少し、輸血用血液が不足しています。献血への理解と協力をお願いします。
 日時と会場は▷7月3日(土)午前11時半~午後4時=イオンモール伊丹昆陽(池尻4)▷8日(日)午後2~4時半=市立伊丹病院▷10日(月)午前10時~正午、午後1時15分~4時=阪急伊丹駅東側▷13日(木)午前9時15分~11時15分=市消防局。
 県赤十字血液センター☎078-222-5013

暑い時は人混みを避け、適宜マスクを外すことも必要です。屋内では、扇風機やエアコンで温度を調節し涼しく。屋外では、日傘や帽子を着用し日陰で休憩をとりましょう。
【熱中症の症状を知る】目まい、立ちくらみ、手足のしびれ、こむら返り、気分が悪い、頭痛などがあります。重症になると、動指導士、歯科衛生士、保健師、栄養士などを健康づくりの講師として派遣しています。

献血は命をつなぐボランティア
 新型コロナウイルス感染症の流行に伴い献血者が減少し、輸血用血液が不足しています。献血への理解と協力をお願いします。
 日時と会場は▷7月3日(土)午前11時半~午後4時=イオンモール伊丹昆陽(池尻4)▷8日(日)午後2~4時半=市立伊丹病院▷10日(月)午前10時~正午、午後1時15分~4時=阪急伊丹駅東側▷13日(木)午前9時15分~11時15分=市消防局。
 県赤十字血液センター☎078-222-5013

暑い時は人混みを避け、適宜マスクを外すことも必要です。屋内では、扇風機やエアコンで温度を調節し涼しく。屋外では、日傘や帽子を着用し日陰で休憩をとりましょう。
【熱中症の症状を知る】目まい、立ちくらみ、手足のしびれ、こむら返り、気分が悪い、頭痛などがあります。重症になると、動指導士、歯科衛生士、保健師、栄養士などを健康づくりの講師として派遣しています。