入学前に揺種の確認を

席しん風しん混合(MR)2期

1歳・小学校入学前の1年間の時期に各 1回合計2回予防接種することで、免疫を 長く維持することができます。3月31日ま でに1人1回接種を。

予防接種歴は大学入学時などに必要で す。大切に保管を。

【対象】平成28年4月2日~29年4月1日 生まれ

【接種料】無料(母子健康手帳、健康保険 証、予診票持参)

市内実施医療機関で接種。市外医療機関 を希望する場合は、市保健センターで事前 申請を。

母子保健担当☎784-8034

年に1回、市の検診が受診でき ませんが、早期に治療すれば治 性で近年増加傾向です。早期の 代後半から増え、30~40代の女 **癒する可能性が高くなるといわ** つちはほとんど自覚症状があり りましょう。 ています。定期的に検診を受 【子宮頸がん検診】20歳から

受診料1千億円で市の検診が受 ◎歯周疾患 妊娠期はホルモン 市内実施医療機関で受診。 診できます。65歳以上は無料。 ィー)】40歳から2年に1回、

ます。受診料千円。65歳以上は

バランスの変化により歯周病に 【乳がん検診(マンモグラフ

入者(対象者には受診券を郵送診】対象は40歳以上の市国保加【特定健診・後期高齢者健 しています)と後期高齢者医療

日など問い合わせを。 直接、市内実施医療機関に健診 者は、②健診・健康づくり担当 で受診可。昨年4月以降の加入 市内実施医療機関で3月20日ま 制度の被保険者(受診券不要)。 ◎こころの健康 女性は、妊娠 .受診券の請求を。受診方法は 族。事実婚の配偶者含む。

更年期など女性ホルモ

ポン券対象者除く。

風し

涯を通じて健康で明るく、充実 調を感じる場合もあります。生ルの中で大きく変化があり、不 検診を受ける 定期的に検診を受け、予防や早 うに、この機会に自身と家族の 期発見に努めましょう。 んなど特有のがんがあります。 検診を受ける 子宮頸がんは20◎20歳になったら、子宮頸がん 健康を見直しましょう。 した日々を自立して過ごせるよ 女性には、乳がんや子宮頸が 頭分泌物、変形、くぼみ▽変化 自分の乳房を見て、触って、感 4つのポイント】▽日ごろから を受診▽定期的に乳がん検診を 乳がんの早期発見・早期治療に 房の状態に関心を持ち、意識し に気付いたら、すぐに医療機関 いところ(しこり)、血性の乳 じる▽変化を知る=以前より硬 て生活を送ることをいいます。 つながる大切な生活習慣です。 ス」とは、日ごろから自分の乳

> や血圧測定値に異常を来してい 影響などから、血液検査の結果 生活習慣病の予防生活習慣の

る人がいます。少しの異常では

なる▽眠れない、眠りにくい。 趣味やスポーツ、外出をしなく える▽周囲との交流を避ける▽ 家事の能率が低下し、ミスが増 り、便秘などが増える▽仕事や

県は「兵庫県いのちと心のサ

【ブレスト・アウェアネスの

診を。

◎メタボリックシンドロームや

総合歯科健診」と予約の上、受円。市内実施歯科医院で「市民

より表情が暗く、元気がない▽い。物事をするのが面倒▽以前

体の痛みや倦怠感、頭痛、肩凝

20歳以上か妊娠中の市民(いず

合は専門家へ相談を。

▽好きなことに関心が湧かな

【市民総合歯科健診】対象は

れか年度内に1回)。受診料50

受ける。

に1回健康診断で体の変化に早 化により影響を受けるため、年 く気付くことが大切です。 がります。 女性はホルモンバランスの変 【30歳代の健診】対象は30歳

◎喫煙

女性の喫煙(受動喫煙

塞など生活習慣病の発症につな すると糖尿病、脳卒中や心筋梗 自覚症状はありませんが、放置

午前8時半、土・日曜、祝日は

66 (月~金曜の午後6時~翌 ポートダイヤルの78・32・35

24時間)」で相談を受け付けて

実施。 代の市民。毎年6~12月ごろに

加え、月経異常や不妊のリスク 呼吸器疾患など通常のリスクに 含む)は、がん・循環器疾患・

対象は▽妊娠を希望する女性と 施しています。無料(1人1回) その同居家族▽妊婦の同居家 の発達に大きな影響を与えるた め、禁煙が必要です。 風しん抗体検査を次の通り実 風しん抗体検査を実施 間2健診・健康づくり担当。 【妊娠を希望する女性など】

> 2日の健康カレンダー (早年桂却は古士」/ ページで破割を)

育て中の喫煙は、胎児や子ども も高めます。また、妊娠中や子

		3	月り	ノ(達)	まて スプログロ スタス スタス スタス スタス スタス スタス スタス スタス スタス スタ	」レ	ノンダー(最新情 報	はは中ホー	-ムページで確認	&を)
場所]	項	目			対 象	В	時 間	備考
市保健センター	母手	帳	子 の		交	康付	医療機関で妊娠の診断を受けた人	カードまたし	通時。窓口で妊娠届出書を は通知カードと本人確認書 1 点もしくは健康保険証・⅓	類(運転免許証・パ
		パ マ マ 教 室 申し込みは1日から)				ぐ 室 う)	妊娠している人。家族1人 同伴可	10 • 17⊟	** · · - &	
	モ 離 (申	デ 乳 り込	グ 食 . みは	モ ! * ! 1 日	教 か <i>ら</i>	グ 室 う)	令和4年9・10月生まれ (離乳食開始の頃、初期の 人向け)	10 • 28⊟	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 ●母子保健担当
	マ	れマ ^っ マ ョし込	の	つ	ど	()	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	24⊟	申し込みなど詳しくは市を	ホームページで確認
	乳 相 (幼 要	児 予	-	発 約	達 談)	発育・運動発達などの心配 がある人 (就学前まで)		- - - - - - - - - - - - - - - - - - -	小児科医・理学療法 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)	い。●母子保健担当		心理士・保健師によ る面接相談		
	す育(要	く 見 予	す 相 ;	約	く 談)	育児に関して悩んでいる人	6 · 13 · 20 · 27⊟	予約時に問い合わせて ください。●母子保健 担当	保健師・栄養士によ る面接相談
機医 関療	4	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
	1	0 か	月	児	健	診	令和4年5月生まれ	和 4 年 5 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		
セ市ンタ保	1 健 3	∄ 診				診	個別に案内しています			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
健	健 (関	康 度 生 活 す	アッ 習慣 る 札	しや自		会 に)	20歳以上	6⊟	受け付け 9:00〜11:00 (要予約)	体組成測定可(要予 約) ②健診・健康づ くり担当
センター	歯	科	保	健	相	談	幼児・一般・妊婦	23日	13:00~14:00	歯や□の相談 (予約不要)。無料
県伊丹健康福祉事務所	ふ飲(ん 料 F	便 水 听	付	検 検	查 查	— 般	6 · 7 · 13 · 14 · 20 · 27 · 28⊟	9:00~11:00 ☎785-9437 ファクス777-4091	指定容器が必要
	H (() 肝 ((· 要 健 原 炎 ウ 要	が予管・表	<u>理</u> ルス	約二課	查))查))	希望する人	9 ⋅ 16⊟	13:15~14:00 会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
	専 ((門 要 健 <i>ß</i>		理	約 課	談))	希望する人・企業	27日	13:30~15:30 ☎785-7861 ファクス777-4091	食品表示(保健事項)や難病患 者等の食事に関する相談
	J ((こ ろ 要 地 ば	の 予 或 保		約	談))	希望する人	2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

スワンホール 縆 3月1 **4** 浄 水 消防局 場 国道171号 市立 市役所 伊丹病院 **8**日 税務署 (P) 0000 あすぱる いたみ 裁判所 総合保健 センター 6

警察署

市保健センター(市健康政策課) 母子保健担当

☎784-8034 ファクス 784-3281 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 $=9:00\sim12:00/18:00\sim21:00$ 【小児科】 ④阪神北広域こども急病センタ・ ☎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ー6431ー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」 **55** 0120−783−990

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

結婚・出産など環境や自分の役 担が増える場合があります。 割に変化があった時にも心の負 があります。また、就職や引越し、 りイライラが続いたりすること 次の項目が2週間以上続く場 認を)に提出 基準以下と判定された場合、 し、抗体検査を受診(要予約)。 しん風しん混合(MR)ワクチ 検査の結果、風しん抗体価

麻

が

更年期、老年期とライフサイク

す か

「ブレスト・アウェアネ

◎乳房の状態を気に掛けてい 無料。市内実施医療機関で受診。

早めの治療が効果的です。

われています。歯周病は予防と

歯周病も進行しやすいとい

健康週間

経後は骨粗しょう症になりやすぼすことがあります。また、閉なりやすく、出産にも影響を及

の変調から気分が落ち込んだ

健診機関(下二

保健センター☎8・80

全国B型肝

*

実施医療機関や

ている「風しんクーポン券」

を

受診方法は、対象者に送付

の男性 (1人1回)。

女性の心身は思春期、成熟期、

ます(要予約)。 種費用一部公費負担) ◆高齢者の肺炎球菌感染症 た場合は、市保健センター 転入や同クーポン券を紛失し

は、今まで23価肺炎球菌ワクチ 対象

ンの予防接種を無料で受けられ 書持参) 機関で1回接種を。 接種料4千円。

健康保険証持

▽※やむを得ず市外にある医

接種希望者。

者手帳1級相当の心臓、じん 全ウイルスによる免疫機能障害 臓、呼吸器の障害かヒト免疫不 がある(身体障害者手帳か診断 該当する▽60~66歳で身体障害 3月31日までに市内実施医療

が送付された右表の生年月日に ことのない▽市から予防接種券 3 4 °

明会を対 B型肝 炎訴訟: 無料相 会議室 こやか 半~3 ◆B 型 日日 談・説明会 IT炎被害者救済のための

問玉 当日 田法律事務所☎06・ 直接、会場へ。 C▽参加料=無料。 時半▽会場=|尼崎市立す 時=3月18日出午後1時 次の通り開催します。 炎訴訟に関する相談・説 大阪原告団・弁護団は、 プラザ(尼崎市七松町) 6 8

認を。 問県感染症対策課☎78 詳しくは県ホームページで確

4月2日~54年4月1日生まれ 3 2 6 4 ° 【成人男性】対象は昭和37

362

令和4年度 高齢者肺炎球菌ワクチン対象者

昭和32年4月2日~33年4月1日生まれ 27年4月2日~28年4月1日生まれ 22年4月2日~23年4月1日生まれ 17年4月2日~18年4月1日生まれ 12年4月2日~13年4月1日生まれ 7年4月2日~8年4月1日生まれ 2年4月2日~3年4月1日生まれ 大正11年4月2日~12年4月1日生まれ

保健セ 種機会な です(▽ ※ 新 間、接 め、医

電子申 会を逃した――場合は、市正のため外出自粛などで接新型コロナウイルス感染拡 ※は市ホームページから 種不可と指示されていた |師から接種対象年齢の 養を必要とする疾病のた 請も可)。 ンターで事前申請が必要

で予防接種を希望する▽