



健康

市保健センター
 ①市健康政策課
Tel.784-8080 [ファクス] 784-3281
 ②市母子保健課
Tel.784-8034 [ファクス] 784-3281
Tel.764-5870 (新型コロナウイルスワクチンに関すること)
 休日・夜間の診療
 【内科】③休日応急診療所
Tel.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
 【歯科】④市口腔保健センター
Tel. [ファクス] 783-0078
▷日曜、祝日=9:00~12:00 (受け付けは11:30まで)
 【小児科】⑤阪神北広域こども急病センター
Tel.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
 【眼科・耳鼻咽喉科】休日夜間急病診療所
Tel.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
 ⑥県伊丹健康福祉事務所(伊丹保健所)
Tel.785-9437 [ファクス] 777-4091

検診で早期発見 胃がん・肺がん検診

次々と会場は次の通り。
 11月10日(金)、12月2日(土)の午前9時から11市保健センター(肺のみの受け付けは終了)
 12月5日(火)9時半から11市保健センター。いずれも男性が先。検査は午前のみ。
 対象は、昭和59年3月31日以前生まれの女性。令和4年4月1日以降に市の乳がん検診を受けた人が妊娠中や治療中などの人除く。受診料1千700円。満65歳以上は無料。
 定員あり。要予約。
 ◎30歳代の健診 12月1日が今年度最終 12月1日(金)の午前、市保健センターで。
 △対象 昭和59年4月1日、平成6年3月31日生まれ▽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 75人▽受診料 肺がん検診 1100円▽喀痰検査 500円

ポイントを集めて応募しよう いたみ健康チャージポイント

市は、20歳以上の市民を対象に健康イベントへの参加や健(検)診の受診、体重測定記録などに取り組み、ポイントを集めると、商品が当たる抽選に応募できる「いたみ健康チャージポイント」を行っています。
 申込書(市ホームページからダウンロード可)に必要事項を書いて、来年2月29日までに直接か郵送(消印有効)で〒664-0898千僧1-1-1伊丹市立保健センター健診・健康づくり担当(Tel.784-8080)へ。

市国保特定健診・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の被保険者。
 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)。対象者は5月に受診券を郵送しています。4月以降の加入者は、市健康政策課に受診券の請求を。受診方法は直接、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5月に受診券を郵送しています。4月以降の加入者は、市健康政策課に受診券の請求を。受診方法は直接、市内実施医療機関に健診日などの問い合わせを。無料。

新型コロナウイルス集団接種時間

曜日	時間
月・火・土 (※25日除く)	▷午前9時15分~11時半 ▷午後1時45分~4時
金	▷午後1時45分~4時 ▷6時15分~8時15分

※25日(土)は午前9時15分~正午。水・木・日曜の接種はありません。

市保健センターで。保健師と管理栄養士が生活習慣の悩みを聞きます(1人約45分)。健診結果の見方が分からない、今の生活習慣で大丈夫かなど気軽に相談を。希望者に体組成測定を実施。
 12月15日(金)午前9時半~11時、市保健センターで。
 ◆健康度アップ相談会を開催
 保健師と管理栄養士が生活習慣の悩みを聞きます(1人約45分)。健診結果の見方が分からない、今の生活習慣で大丈夫かなど気軽に相談を。希望者に体組成測定を実施。

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	母子健康交付金	医療機関で妊娠の診断を受けた人	10・17日	開庁時間内随時。窓口で妊娠届出書を作成。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	妊娠している人。家族1人同伴	10・17日		
	子育て教室	令和5年5・6月生まれ(初期の人向け)	10・28日	申し込みなど詳しくは市ホームページを確認を	
	子育て教室	妊娠24~35週の妊婦か産後1か月健診を終えた6か月児未満の母(第1子優先)	24日		
	乳幼児発達相談	発育・運動発達などの心配がある人(就学前まで)	日時を予約時に問い合わせください。Tel.784-8034		小児科医・理学療法士・保健師による面接相談
	乳幼児発達相談	言葉の遅れ、しつけなどの心配がある人(1歳から就学前)	日時を予約時に問い合わせください。Tel.784-8034		心理士・保健師による面接相談
	子育て相談	育児に関して悩んでいる人	6・13・20・27日	13:15~15:15	保健師・栄養士による面接相談
4か月児健診				個別に案内しています	
機関	10か月児健診	令和5年1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	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	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)	20歳以上	29日	受け付け 9:00~11:00 (要予約) Tel.784-8080	体組成測定可(要予約) Tel.784-8080
	歯科保健相談	幼児・一般・妊婦	16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(検査)	希望する人・企業	6・7・13・14・20・27・28日	9:00~11:00 Tel.785-9437 [ファクス] 777-4091	指定容器が必要
	HIV抗体検査(健康)	希望する人	2・16日	13:15~14:00 Tel.785-2371 [ファクス] 777-4091	
	専門栄養相談(健康)	希望する人・企業	27日	13:30~15:30 Tel.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
	こころのケア相談(地域)	希望する人	30日	14:00~15:30 Tel.785-7462 [ファクス] 777-4091	精神科医師による心の相談

事前申請がおすすめ
 母子健康手帳の交付は、届出の一部を電子申請で事前に行うことにより、来庁時の手続き時間が大幅に短縮できます。
 市ホームページ「個別医療機関で接種」ページから読み取り可から電子申請を。
 母子健康手帳の交付は、届出の一部を電子申請で事前に行うことにより、来庁時の手続き時間が大幅に短縮できます。
 市ホームページ「個別医療機関で接種」ページから読み取り可から電子申請を。
 母子健康手帳の交付は、届出の一部を電子申請で事前に行うことにより、来庁時の手続き時間が大幅に短縮できます。
 市ホームページ「個別医療機関で接種」ページから読み取り可から電子申請を。

お買物ついでに「フレイル」もチェック
 12月8日(金)午前10時半~午後2時半、イオンモール伊丹(藤ノ木1)で。
 加齢とともに心身の機能が低下し、日常生活に支障をきたす状態を「フレイル」といいます。当市では、フレイルを予防するための「フレイル」チェックを行います。対象・定員は市内在住の65歳以上60人。
 無料。
 当日直接、会場へ。要整理券(当日午前10時半から同会場で整理券を配布)。
 市介護保険課 Tel.784-8037

歯の健康維持にいい歯の日フェア
 【日時】11月19日(日)午前10時~午後0時半(受け付けは正午まで)
 【会場】図書館「ことば蔵」
 【内容】「お口の健康度チェック」、「お口のバイキン発見」、川柳コンクール受賞作品の展示・表彰、体組成測定、歯科相談——など
 無料。当日直接、会場へ。
 伊丹市医師会 Tel.783-0133

知れば納得!!
 血糖値改善セミナー
 血糖値の基本から高血糖予防のポイントを知り、血糖をコントロールする方法を講義と調理実習で学びます。
 【①Bコース】▷11月20日=講義▷27日=調理実習。いずれも月曜午前10時(全2回)
 【②Cコース】▷来年1月19日(金)午前10時=講義
 【会場】市保健センター
 【参加料】①700円程度②無料
 【定員】各20人
 市保健センター健康づくり担当 Tel.784-8080へ。先着順。