

【記号の説明】 問Ⅱ問い合わせ先 申Ⅱ申し込み 対Ⅱ対象者 費Ⅱ費用 休Ⅱ休館・休園日  
 抽Ⅱ申し込み多数の場合は抽選する定員 休Ⅱ休館・休園日

# 保健・健康

保健所 〒660-0052  
 七松町一丁目3の1の502  
 保健企画課 ☎4869・3010  
 健康増進課 ☎4869・3053  
 疾病対策課 ☎4869・3053  
 公害健康補償課 ☎6413・3771

北部保健福祉センター地域保健課 ☎4950・0637  
 南部保健福祉センター地域保健課 ☎6415・6342



料金表示のないものは無料

## アスベスト

救済制度に基づく手続きを  
 ▼中皮腫や、石棉による肺がんなどで現在療養中の人▼これらの疾病に起因して死亡した人の遺族のうち労災保険法などで補償されない人で、まだ認定申請をしていない場合は手続きを。 問公害健康補償課。

## 講座・教室

肝臓専門医による医療講演会&無料相談会  
 3月10日(土)午後1時30分～4時、いたみホール(伊丹市)で、「現代肝臓病とB型・C型肝炎の最新治療について」をテーマに講話などを。 問不要 問全国B型肝炎訴訟大阪弁護士会 ☎6647・0300。

## 近畿中央病院市民公開講座

3月10日(土)午後2時～4時、ライクスホール(塚口町1丁目)で、「知って納得! よくわかる『がん』治療」をテーマに講話を。 問不要 問近畿中央病院 ☎072・781・3712。

## この健康のついで

3月17日(土)午後2時～4時、すこやかプラザで、「ひとりちやうで」をテーマに交流を。 問120人 問不要 問疾病対策課。

## 食育フォーラム

3月17日(土)午後2時～4時、30分、尼崎商工会議所で、「食と健康 食べる」の意味を探る」をテーマに講演などを。 問150人 問3月4日～15日に電話でコールセンター(裏表

紙参照。

## 健康増進支援のための健康チェックと落語会

4月22日(日)午前11時～午後4時、中小企業センターで、健康チェックと落語会を。 問250人 問3月4日～31日に電話かファクス(住所・氏名・電話番号・年齢を書いて)で尼崎中ロタリークラブ事務局野々村宅 ☎6487・0125、FAX ☎6487・0091。

## そのほか

### 看護職の合同就職説明会

3月17日(土)午後1時～4時、西宮市役所東館(六湛寺町3の1)で、阪神南圏域の病院・福祉施設などの紹介、再就職のための相談会などを。 問看護師などか看護関係の学校・大学の学生 問不要 問兵庫県ナースセンター ☎078・341・0240。

### 高齢者の肺炎球菌感染症特別対象者予防接種

対象は大正15年4月2日、昭和2年4月1日生まれの人で、対象者には平成29年6月に保健所からA4サイズの紙を送付しました。市内の指定医療機関で予約の上、同用紙

## 40歳になったら、がん検診を

問健康増進課 ☎4869-3016

検診	毎週	時間	料金
肺がん(胸部)	月曜日	午後1時～2時	300円
	火～金曜日	午前9時～10時	
胃がん(エックス線)	火～金曜日	午前9時～10時	800円
	月～木曜日	午前9時～午後5時	
大腸がん	金曜日	午前9時～正午	900円
	月曜日	午後1時～2時	
肝炎ウイルス	月曜日	午後1時～2時	600円
	火～金曜日	午前9時～10時	

いずれも保健所で。 問市内在住の40歳以上の人。 市民税非課税世帯と生活保護受給世帯の人は無料(事前申請が必要) 問電話で健康増進課。なお、特定健診・後期高齢者健診・健康増進事業健診は、火曜日から金曜日に上記がん検診と同時実施しています

◆3月は大腸がん啓発月間です 大腸がんは食事の欧米化によって増えているがんです。検便検査によって手軽に受診できますので、この機会にぜひ受診してください

## HIV抗体検査と肝炎ウイルス検診の受診日を変更します

HIV抗体検査と肝炎ウイルス検診は、4月から月曜日午後1時～2時の実施はなくなります。ご注意ください。 問疾病対策課 ☎4869-3008。

## 必着です 平成29年度にためたポイントの交換期限は3月末です

問市内在住の人 問3月31日(必着)までにポイント台紙を郵送で同ポイント事務局 ☎6458・4626。

◆今月のスワンスワン相談(禁煙相談) 3月22日(木)午後2時～4時、市役所南館1階で、スパイロメータによる呼吸機能検査やニコチン依存度チェック、禁煙相談を行います。 問無料 問電話で健康支援推進担当。

◆平成29年度の追加集団健診 日程などは左表の通り。時間は本庁開催分は午前8時～11時・本庁以外は午前9時30分～11時、当日直接会場へ。

肺がん検診・ピロリ菌・胃がんリスク検査、肝炎ウイルス検査、筋肉量測定、内臓脂肪面積測定を全ての会場で実施(料金は別途必要)していますので、健診と一緒に受診を。大腸がん検診の検査キットは全会場でお渡しできます。

## みんなでヘルスアップ 健診事業

特定健診 生活習慣病予防健診 特定保健指導など 問健康支援推進担当 ☎6489-6797

◆特定健診・保健指導 40～74歳の人を対象に内臓脂肪型肥満に着目し、生活習慣病予防のために、それぞれが加入している医療保険ごとに実施。

国民健康保険に加入している人は無料。そのほかの医療

保険に加入している場合、各医療保険者へ問い合わせを。

◆生活習慣病予防健診 16～39歳の全ての人が、加入している医療保険に関係なく受けられます。 問無料(23～39歳の方は1000円)。

◆後期高齢者健診 ▼後期高齢者医療制度に加入している▽生活習慣病で治療していない▽6カ月以上続けて入院していないの全ての条件を満たす人が対象です。 問無料。いずれも3月末まで保健所などで受診できます(予約が

月	曜日	会場
3	曜日	本庁南館1階
4	日	本庁南館1階
6	火	小田地区会館
7	水	大庄公民館
8	木	本庁南館1階

## 有料広告欄

※こちらには有料広告を掲載しています


を持参して3月31日までに接種を。市外で接種する人や紛失した人は南部保健福祉センター地域保健課へご連絡ください。なお、過去に任意で肺炎球菌ワクチン(ニューモバックスNP)の接種を受けたことがある人は、同用紙が届いていても対象外となります。 問4000円。生活保護受給世帯の人と中国残留邦人は無料 問同課。

◆がん検診などの無料クーポン券の有効期限は3月31日まで

子宮頸がん・乳がん・肺がん・胃がん・大腸がん・肝炎ウイルスの対策として、対象者(左表)へがん検診などの無料クーポン券を平成29年6月末に送付しました。3月31日までに保健所か市内実施医療機関などで受診できます。 問健康増進課 ☎4869・3016。

## 市民健康開発センター ハーティ21

市民健康開発センター 1イメージキャラクター



教室名や開始日などは左表の通り。時間は教室により異なります。 問18歳以上の人 問25

教室名	開始日	曜日	回
⑬ 適塩(減塩)教室	4月7日	土	2
	5月10日	木	
	6月2日	土	
⑭ ロコモ予防 水中ウォーキング	4月13日	金	2
	5月11日		
	6月8日		
⑮ 腰痛予防 体操	4月26日	木	1

人 ①～④⑥⑧⑩⑫④③ 0円(3回の月は3240円) ⑤⑨⑪⑭⑮⑯⑰⑱⑲ 1080円 ⑲⑳ 2160円(1回の月は1080円) ㉑ 1080円 ㉒ 4月開催分は3月6日 ㉓ 5月開催分は4月5日 ㉔ 6月開催分は5月6日から電話か直接同センター。

教室名	開始日	曜日	回
① 水中ウォーキング	4月3日	火	4
	5月1日		
	6月5日		
② ピラティス	4月3日	火	4
	5月1日		
	6月5日		
③ シェイプ ヨガ	4月3日	火	4
	5月1日		
	6月5日		
④ 腰痛・膝痛教室(水中)	4月3日	火	4
	5月1日		
	6月5日		
⑤ 介護予防運動(水曜)	4月4日	水	12
	5月2日		
	6月6日		
⑥ 腰痛・膝痛教室(陸上)	4月4日	水	4
	5月9日		
	6月6日		
⑦ かんたん イス体操	4月4日	水	4
	5月9日		
	6月6日		
⑧ ズンバ	4月5日	木	4
	5月10日		
	6月7日		
⑨ 介護予防運動(金曜)	4月6日	金	12
	5月11日		
	6月1日		
⑩ 太極拳	4月6日	金	4
	5月11日		
	6月1日		
⑪ ロコモ予防体操	4月6日	金	2
	5月18日		
	6月1日		
⑫ ゆったり ヨガ	4月7日	土	4
	5月12日		
	6月2日		