

# Life&Health

## 芦屋健康福祉事務所

所 & 問 芦屋健康福祉事務所地域保健課 ☎32-0707/FAX38-1340

【HIV・梅毒・肝炎検査(要予約)】

日 13日・27日(水)午後1時30分～2時(匿名検査)

【①こころのケア相談・アルコール問題相談②難病等の専門栄養相談・食品表示の相談(要予約)】

日 ①19日(火)午後1時～2時②26日(火)午前10時～正午

【各種衛生検査】

日 毎週月・火(25日・26日除く)午前9時～11時30分 内①検便(赤痢菌等)②水質検査(一般11項目)③水質検査(特殊項目) 費①1検体480円②1検体11,600円③項目で異なる(要予約・相談)

【12月1日は世界エイズデー】

HIV検査を受けましょう

## シニア体力測定



内 柔軟性・筋力・敏捷性・平衡性(静的・動的)の体力要素の測定結果を、年代別・性別の全国標準地から相対評価します  
日 12月25日(月)午前9時30分～/10時30分～/午後1時～/2時～/3時～ 人 65歳以上・各先着10人 持 タオル・上履き・飲み物 所 & 申 12月1日(金)から下記へ 問 介護予防センター ☎31-0628

## 生活習慣病予防のためのヘルシークッキング

【①血糖値が気になる人の食事(講話)】

日 12月20日(水)午後2時～3時 人 先着20人 持 筆記用具・必要な方は眼鏡

【②血糖値が気になる人の食事(ミニ講話・調理実習)】

日 令和6年1月31日(水)午前10時15分～午後1時 人 先着15人 費 600円(材料費) 持 エプロン・三角巾(バンダナ可)・筆記用具

申 2次元コードか電話で下記へ(1日午前9時～) 所 保健福祉センター3階 問 こども家庭・保健センター ☎31-1586



## 芦屋病院公開講座

日 & 内 ①令和6年1月13日(土)午後2時～3時30分「最新の心不全の話題」②2月10日(土)午後2時～3時30分「知っておきたい目の病気」③3月9日(土)午後2時～3時30分「大腸がんについて」 所 市民センター401室 人 各先着90人 師

①伊阪大二医師(循環器内科)・澤田かおる(管理栄養士)②出垣昌子医師(眼科)③向坂英樹医師(外科)

費 各200円 申 & 問 公民館 ☎35-0700

## 芦屋市健康講座

日 令和6年1月13日(土)午後2時～4時 所 芦屋市医師会医療センター 内 糖尿病について 人 50人 申 1月10日(水)までに電話で芦屋市医師会(☎32-2000)へ 問 こども家庭・保健センター ☎31-1586

## 人生100年時代の今すべきこと

日 令和6年1月27日(土)午前10時30分～11時30分 所 体育館・青少年センター2階大会議室 内 靴に求められる機能や役割、足に関する知識や正しい選び方・歩き方について話します 人 先着100人 師 市川将氏(株式会社アシックススポーツ工学研究所首席研究員) 費 200円(小中学生無料) 申 1月19日(金)午後5時までに下記2次元コード・所定の申込用紙またははがきに氏名・住所・電話番号を記入し郵送またはファクスで下記へ 問 芦屋市レクリエーションスポーツ協会事務局(スポーツ推進課内) ☎22-7910/FAX22-1633(〒659-0072) 川西町15-3



## 救急医療

救急・休日の診療(12月29日～1月3日も受診できます)

マスク着用必須。発熱者は必ず事前に連絡してください。

- 救急指定病院
  - 芦屋病院(外・内) ☎31-2156
  - 南芦屋浜病院(外・内) ☎22-4040
  - 芦屋セントマリア病院(整外・外・内) ☎23-1771
- 休日応急診療所(内・小)
  - ☎21-2782(公光町5-13)
  - 日曜・祝日・年末年始 午前9時～午後5時
- 休日夜間急病診療所(耳・眼)
  - ☎06-6436-8701(尼崎市水堂町3-15-20)
  - 日曜・祝日 午前9時～午後4時
  - 土曜 午後6時～8時30分(耳鼻咽喉科のみ)
  - 年末年始 午前9時～翌朝5時30分
- 歯科センター(歯) ☎31-0658(呉川町14-9)
  - 日曜・祝日・年末年始 午前9時～11時30分
- 神戸こども初期急病センター(小)
  - ☎078-891-3999(H A T神戸内)
  - 月～金 午後7時30分～翌朝6時30分
  - 土 曜 午後2時30分～翌朝6時30分
  - 日曜・祝日・年末年始 午前8時30分～翌朝6時30分
- 急な病気やケガで救急や病院に迷ったら
  - 救急安心センター ☎#7119(年中無休) ※IPS電話 ☎078-331-7119

## 12月夜間当番医(金曜日・午後8時～11時)

1日 渡辺内科クリニック(内・循) ☎80-8200 / 8日 にしわき消化器内科・外科クリニック(内・外・消・肛) ☎38-9891 / 15日 芦屋たいらクリニック(内・循) ☎38-7291 / 22日 メイプルこどもクリニック(小) ☎25-0911

## 検診・相談

WEB予約はこちら→  
検診受診日の2週間前までの予約となります



がん検診		
肺がん検診(65歳以上は結核検診含む)	20日午後1時	40歳以上/年1回胸部直接撮影【要予約・WEB予約可】 必要な人はかく痰検査(900円)
胃がん検診(胃部X線撮影)	12月以降の予約受付中	35歳以上(血縁者に胃がんの人がいれば30歳以上)年1回(2,500円)胃部X線直接撮影【要予約・WEB予約可】
胃がん検診(内視鏡検査)	市内実施医療機関診療時間内	50歳以上/2年に1度(4,300円)【要予約】
大腸がん検診	随時受付(郵送提出または毎週火曜の午前中提出)	40歳以上/年1回(800円)便潜血反応検査(2日法)
前立腺がん検診	1月12日午前10時30分	50歳以上男性/年1回PSA検査(1,000円)【要予約・WEB予約可】
個別 乳がん検診(マンモグラフィー)	[芦屋病院] ☎31-2156 毎週月～金曜の午前中	40歳以上女性/2年に1回(2,000円) ※豊胸術・ペースメーカー装着・妊娠中・授乳中の人は不可【要予約】
	[あいかプレストクリニック] ☎38-7171(診療時間内)	
	[芦屋セントマリアクリニック] ☎61-7211(診療時間内)	
集団 乳がん検診(マンモグラフィー)	[まさい乳腺クリニック] ☎22-2800(診療時間内)	40歳以上女性/2年に1回(2,000円) ※豊胸術・ペースメーカー装着・妊娠中・授乳中の人は不可【要予約・WEB予約可】
	12月15日午前検診車(こども家庭・保健センター) 1月20日午前(潮芦屋交流センター)	
子宮頸がん検診	随時(医療機関で診療時間の午前中)	20歳以上女性/2年に1回(1,000円)頸部細胞診【要予約】
検(健)診		
アスベスト検診	12月6日・1月10日 午後1時	アスベストによる健康不安のある人/年1回/問診・胸部レントゲン【要予約・WEB予約可】
肝炎ウイルス検診	1月12日午前10時30分	過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない40歳以上【要予約・WEB予約可】
骨粗しょう症検診	12月22日午前9時30分	20歳以上・超音波法(1,000円)【要予約・WEB予約可】
健康チェック(3時間人間ドック)	1月以降の予約受付中	市内在住・在勤30歳以上(9,000円) 希望者:ピロリ菌検査(別途600円) 前立腺がん検診(別途1,000円) 【受診日の1週間前までに要予約・WEB予約可】
歯の無料相談と健診	20日・1月17日午後1時～2時45分(歯科センター)	市内在住・在勤者(40歳以上には歯周病検診あり)症状がなく、かかりつけ歯科医院がない人対象【こども家庭・保健センターまで要予約】
特定健康診査(個別)	市内実施医療機関診療時間内 ※12月16日まで	40歳以上の国民健康保険加入者(受診券のある人)【要予約】
後期高齢者医療健康診査		後期高齢者医療制度加入者【要予約】
事業所健診	随時(事業所単位で申し込み)	市内在勤者【要予約】
相談		
健康相談	7日午後・19日午後・21日午前	成人/医師による健(検)診結果の相談【要予約】
栄養相談	5日・19日・1月9日午前9時30分～11時	管理栄養士による生活習慣病予防の食事相談等【要予約】
保健相談	21日午前9時20分～11時20分	保健師による生活習慣病の予防等【要予約】

◆会場の明記のないものはすべてこども家庭・保健センター ◆料金記載の無いものは無料◆対象は芦屋市民 ◆こども家庭・保健センターにて実施の検(健)診はWEB予約可◆各がん検診(前立腺がん・胃がん(内視鏡検査)検診を除く)は、70歳以上または後期高齢者医療制度に加入している人(要被保険者証)は料金が免除となります。また、各がん検診(前立腺がん検診を除く)は市民税非課税世帯に属する人(事前にこども家庭・保健センターに申し出が必要・要本人確認書類)は料金が免除となります。

申し込み・問い合わせ こども家庭・保健センター健康増進係(保健福祉センター3階) ☎31-1586/FAX31-1018(呉川町14-9)

凡例…日日時 所会場・場所 内内容 人対象・定員 師講師 持持ち物 費用(記載のない催しは無料) 申申し込み 問問い合わせ

## 冬に流行する感染症にご注意

空気の乾燥する冬はさまざまな感染症が流行します。発熱・咳等の風邪症状がある場合はまずかかりつけ医に電話で相談し適切に受診してください。感染症を予防するためにはマスク着用・手洗い・うがい・手指消毒や十分な換気が重要です。



問い合わせ こども家庭・保健センター ☎31-1586