

健康・保健

健康インフォメーション

■10月1日から新しい定期予防接種【B型肝炎】が始まります!
 所市内予防接種実施医療機関(要予約)
 接種回数3回 平成28年4月1日以降生まれたかた(1歳まで) ※任意接種で、すでに1回または2回接種をしたかたも、対象年齢内であれば残り回数分は定期予防接種の対象になります。母子健康手帳 保健センター(☎31-1586)

■市民ギャラリー
 日10月1日～31日 所管理棟4階ギャラリースペース 坂上政勝「楽しく写真を撮ろう会」 芦屋病院・総務課(☎31-2156)

■HIV・肝炎・梅毒検査
 日10月14日・28日(金)午後1時30分～2時 匿名検査※市外のかたも可(要予約) 芦屋健康福祉事務所(☎32-0707)

■芦屋病院マチネーコンサート
 日10月16日(日)午後2時30分～ 所外来棟4階黄色いピアノ前 手話歌グループあしや・加藤純子(歌)・金澤佳代子(ピアノ) 芦屋病院・総務課(☎31-2156)

健康講座・教室・相談

■芦屋病院・両親学級
 日10月8日(土)午前10時～正午 所3階東病棟 お産の経過・赤ちゃんのお風呂 妊娠22週以降の妊婦とパートナー(5組10人) 芦屋病院・3階東病棟(☎31-2156・午後1時～4時)

■①こころのケア・アルコール問題相談 ②専門栄養相談
 日①10月11日(火)午後1時～2時30分 ②25日(火)午前10時～正午 ①専門医によるこころの病気の相談・アルコール問題(断酒会)②難病・障がいのあるかた等の栄養相談※市外のかたも可(要予約) 芦屋健康福祉事務所(☎32-0707)

■アルコール依存症の家族会
 日10月14日(金)午前10時～正午 アルコール問題で悩んでいる家族 芦屋健康福祉事務所・地域保健課(☎32-0707)

芦屋病院公開講座 問い合わせ 公民館 ☎35-0700

■日時 11月5日(土)午後2時～3時30分 **■会場** 市民センター401室
■内容 あなたの骨は大丈夫?～コツコツ学ぶ骨粗しょう症のお話～ **■講師** 芦屋病院整形外科 清水憲政医師 **■受講料** 200円 **■申し込み** 直接会場へ

■芦屋病院・糖尿病教室
 日10月14日(金)午後1時30分～3時 所病棟2階講堂 運動療法、食事療法～間食・外食も怖くない!～ 調理学療法士・管理栄養士 芦屋病院・栄養管理室(☎31-2156)

■パーキンソン病患者・家族交流会
 日10月19日(水)午前10時～正午 所芦屋健康福祉事務所衛生教育室 情報交換・口腔ケアの講話 パーキンソン病患者・家族 芦屋健康福祉事務所・地域保健課(☎32-0707)

■大人のための食事Good バランスアップ教室
 日①10月26日(水)午後1時30分～3時30分②27日(木)午前10時30分～午後0時30分 所保健福祉センター①会議室1②調理・実習室 ①血管の若さを保つ食事とは?講話・グループワーク・汁物の塩分測定②調理実習 40歳以上の市民・25人(要予約) ②調理実習材料費・600円 日10月3日(月)から下記へ 保健センター(☎31-1586)

■アレルギー教室
 日①10月28日・②11月11日(金)午後1時30分～3時30分 所保健福祉センター会議室1 ①講演「小児ぜんそくはどんな病気?」②講演と実習「アレルギー予防に効果的な掃除の方法」※ダニの検査有 各30人(要予約)(1歳以上託児あり・先着15人) ①かわもり小児科河盛重造医師②西宮市環境衛生課職員 日10月3日(月)から下記へ 保健センター(☎31-1586)

■普通救命講習
 日10月29日(土)午前9時30分～午後0時30分 所消防庁舎3階多目的ホール AED(除細動器)の取り扱い・心肺蘇生法・応急処置等 市内在住・在勤・在学のかた・20人※受講者には「修了証」を交付※団体での申し込みは随時受け付け 所救急救命士・救急隊員 消防本部救急課(☎32-2345)

■幼児の食事とおやつ教室
 日10月31日(月)午前10時～正午 所保健福祉センター会議室1 ①講話「冬の過ごし方について」ほか②試食「体調不良時のメニュー」 1歳6カ月～未就学児と保護者・30組(要予約)(1歳以上託児あり・先着15人) 母子健康手帳・飲み物 日10月3日(月)から下記へ 保健センター(☎31-1586)



10月の保健センターだより(妊娠・子育て)

～予防・健康づくりは、15日号でご確認ください～

| 事業名 | 日時・会場 | 対象・その他 |
|---------------|---|---|
| 母子健康手帳の交付 | 月～金曜日 午前9時～午後5時30分 | 医療機関で妊娠と認められたかた |
| こんにちは赤ちゃん訪問事業 | 随時 | 生後4カ月児までの赤ちゃんの身体計測・育児相談 |
| 4カ月児健康診査 | ①11日②25日(火) 午後0時45分～1時45分 | ①平成28年6月1日～15日生まれ ②平成28年6月16日～30日生まれ |
| 10カ月児健康診査 | 市内実施医療機関 診療時間内 | 平成27年12月生まれ |
| 1歳6カ月児健康診査 | ①13日②27日(木) 午後0時45分～1時45分 | ①平成27年3月16日～3月31日生まれ ②平成27年4月1日～4月15日生まれ |
| 3歳児健康診査 | ①6日②20日(木) 午後0時45分～1時45分 | ①平成25年9月1日～15日生まれ ②平成25年9月16日～30日生まれ |
| アレルギー健診 | 21日(金)午後1時～2時 | アレルギーが心配な乳幼児を対象にアレルギー専門医による健診・相談【要予約】 |
| 歯の無料相談・健診 | 5日・19日・11月2日(水) 午後1時～2時45分 <会場:歯科センター> | 子どもの歯の無料健診・相談 |
| プレ親教室(もく浴クラス) | 15日(土) 妊婦:午前9時30分～11時30分 / 産婦:午前10時30分～11時30分 | 妊娠16週以降の妊婦・産婦とパートナー(講話と実習)【要予約】 10月3日(月)より予約開始 |
| もぐもぐ離乳食教室 | 24日(月) 午前9時45分～11時45分 | 6～7カ月児とその保護者(講話と試食)【要予約】10月3日(月)より予約開始 |
| 育児相談 | 5日・11月2日(水) 午前9時30分～10時30分 | 乳児の身体測定・子育て相談等(母子健康手帳持参) |
| 妊産婦相談 | 3日・11月7日(月) 午前9時30分～11時 | 妊婦・産後1年未満のかた |
| アレルギー相談 | 4日・18日・11月1日(火) 午前9時30分～11時 | 食物アレルギーが心配な乳幼児の食事相談やスキンケアの方法等【要予約】 |
| 母子栄養相談 | 4日・18日・11月1日(火) 午前9時30分～11時 | 妊婦・乳幼児【要予約】 |
| こどもの相談 | 12日(水) 午後1時10分～3時40分 | 未就学児の発達など/臨床心理士の相談【要予約】 |
| 予防接種 | 予防接種実施医療機関の診療時間内 | 定期予防接種の対象者【要予約】 やむを得ない理由で市内での接種が困難な場合は保健センターに接種前にご相談ください。 |

*会場の明記がないものはすべて保健センター *料金は無料 *対象は芦屋市民

申し込み・問い合わせ

保健センター(保健福祉センター3階) ☎31-1586/☎31-1018(呉川町14-9)



日曜・祝日 救急当番医

夜間在宅輪番
 *金曜日・午後8時～11時
 ()内は診療科目

| | | |
|-------|----------------------------|----------|
| 10/7 | にしわき消化器内科・外科クリニック(内・外・消・肛) | ☎38-9891 |
| 10/14 | 上田内科(内) | ☎34-1878 |
| 10/21 | 筋師医院(内) | ☎23-0627 |
| 10/28 | 松葉医院(内) | ☎22-1641 |
| 11/4 | 芦屋セントマリア病院(外・内・整) | ☎23-1771 |

*金曜日午後11時～翌朝7時
 金曜日以外の午後8時～翌朝7時
 南芦屋浜病院(☎22-4040)

*事前に、各医療機関へお問い合わせください

- 内科・小児科(日曜・祝日午前9時～午後5時) 休日応急診療所 ☎21-2782(公光町5-13)
- 救急指定病院 芦屋病院(内) ☎31-2156 南芦屋浜病院(外・内) ☎22-4040 芦屋セントマリア病院(外・内) ☎23-1771
- 耳鼻咽喉科の急病診療 <日曜・祝日午前9時～午後4時/土曜午後6時～8時30分> 休日夜間急病診療所 ☎06-6436-8701
- 眼科の急病診療 <日曜・祝日午前9時～午後4時> 休日夜間急病診療所 ☎06-6436-8701 (尼崎市水堂町3-15-20)
- 歯の応急診療<日曜・祝日・年末年始の午前9時～11時30分> 歯科センター ☎31-0658(呉川町14-9 保健福祉センター1階)

申込受付中! 芦屋市にお住まいの方も申込頂けます。 広告

豊かな緑に包まれた、明るい公園墓地 全面バリアフリー対応

安心の市営墓地 宝塚市立 宝塚すみれ墓苑
 所在地: 宝塚市下佐曾利字大谷1-66 阪急山本駅から路線バス運行(原則第1・3日曜日)
現地説明会開催
 10/1.10/2 (土) (日) 11/5.11/6 (土) (日)
 参加者には素敵なプレゼントをご用意しています
 お問い合わせ・資料請求は 宝塚市役所 生活環境課 受付時間 平日 9:00～17:30
 宝塚すみれ墓苑 検索 ☎0797・77・2146

Les 芦屋開設1周年記念講演会 広告

白洲信哉 講演会「美を求める心」

<日時> 10月15日(土) 13:30～15:00(開場/13:00～)
 講演会終了後、ティーパーティーを予定しております。
 <会場> 複合型有料老人ホーム Les 芦屋 4F [Salon de Ashiya]
 <会費> 3,000円(予約制・先着70名) ※お電話にてご予約ください。

複合型有料老人ホーム **Les 芦屋**
 Small luxury care home
 〒659-0072 芦屋市川西町14-1 TEL0797-34-1000 阪神「芦屋」駅西口から徒歩1分