

健康・保健

健康インフォメーション

■芦屋病院・年末年始の診療体制
年末は12月28日(木)まで、年始は平成30年1月4日(木)から。内科2次救急は、年末年始も24時間受け付けしています。 芦屋病院(☎31-2156)

■芦屋健康福祉事務所からのお知らせ
芦屋健康福祉事務所地域保健課(☎32-0707)

【指定難病医療費助成制度】
「難病の患者に対する医療費等に関する法律」の規定に基づく330疾患を対象とした指定難病への医療費助成制度。医療費助成の支給を受けるには、申請の上、認定を受ける必要あり。

【小児慢性特定疾病医療費助成制度】
「児童福祉法」の規定に基づく722疾病を対象とした医療費助成制度を実施。医療費助成の支給を受けるためには、申請の上、認定を受ける必要あり。

【各種衛生検査】
毎週月・火(祝日除く)午前9時～11時45分 ①検便(赤痢菌等)②水質検査(一般9項目)③水質検査(特殊項目) ④1検体につき480円⑤1検体につき5,100円⑥項目で異なる(要予約)

【兵庫県特定不妊治療費助成事業】
特定不妊治療(体外受精・顕微授精)を受けた夫婦に対し、治療費を助成。男性不妊治療の助成を拡大。※採卵から胚移植までの一連の治療の場合、初回を除き兵庫独自助成を実施 ①次の①～③にあてはまる人①県内に住所を有する法律上の婚姻をしている夫婦②指定医療機関で特定不妊治療を受けられ、夫婦合算した前年の所得額が730万円未満③治療開始時の妻の年齢が43歳未満。

【肝炎治療費助成】
B型・C型慢性肝炎の早期治療を促進し肝硬変や肝がんへの進行を未然に防ぐ観点から、高額である肝炎インターフェロン治療、インターフェロンフリー治療および核酸アナログ製剤治療にかかる医療費を一部助成。

【芦屋在宅栄養士会会員募集】
市内在住で栄養士免許をお持ちの人、一緒に地域活動をしませんか? 毎月第2水曜に例会をしています 芦屋地域保健課栄養士

【歯科衛生士復職支援講座】
平成30年1月11日、2月8日、3月8日(第2木曜・全3回)午後1時30分～3時30分 復職希望の歯科衛生士

健康講座・教室・相談

■コレステロール改善教室・糖尿病・高血圧予防教室
平成30年1月12日～7月(全17回/相談3回・血液検査(木)3回・運動(金)10回)※1月12日(金)は説明会のため必須。その他日程変更等要相 服薬中・治療中でない40歳から64歳までの市民で、過去1年間の健診結果等の数値が①～③のいずれかに該当する人・先着10人(要予約)①脂質:LDL120mg/dl以上140mg/dl未満②血糖:HbA1c5.6%以上6.5%未満③血圧:収縮期血圧130mmHg以上140mmHg未満かつ拡張期血圧85mmHg以上90mmHg未満 12月15日～1月5日までに右記へ 所&問 保健センター(☎31-1586)

■和風園の催し
所&問 和風園(☎23-0485)
【いきいき健康体操教室】
平成30年1月5日・19日(金)午前10時30分～11時30分 内全身体操・リハビリ運動・ヨガ体操 65歳以上・各15人 費100円 持お茶・タオル・上靴
【高齢者栄養改善教室】
平成30年1月25日(木)午前10時～11時30分 内簡単調理・栄養指導 65歳以上・10人 費300円 持エプロン・三角巾

■さわやか教室(口腔ケア・栄養等)
平成30年1月15日～2月26日(毎週月曜日・全6回)午前10時～11時30分 所福祉センター 市内在住・65歳以上・15人(要予約) 持お茶筆記用具
12月15日～27日に右記へ 問介護予防センター(☎31-0628)

■さわやか体操教室(介護予防事業)
各教室、初参加者優先・要予約・応募多数の場合は抽選、結果は個別に通知。
【アクティブライフ芦屋】
平成30年1月11日～3月15日(毎木曜・全10回)午前10時～11時30分 内足腰元気! 転ばん体操 65歳以上・12人 持お茶・タオル・上履き 12月15日～20日・午前9時～午後5時に右記へ 所&問アクティブライフ芦屋(☎34-6500)

【セントラルウェルネスクラブ】
平成30年1月11日～3月29日(木曜・全12回)①午前10時～11時30分②午後1時～2時30分 ①椅子体操・脳のリフレッシュ体操・簡単なストレッチ等(主に座位運動)②椅子体操・脳のリフレッシュ体操・簡単な筋力トレーニング(立位運動あり) 65歳以上・各15人 持上履き・タオル・飲み物 12月15日～20日・午前10時～午後7時に電話で下記へ 所&問 セントラルウェルネスクラブ芦屋(☎38-2525)

【介護予防センター】
①平成30年1月15日～3月26日(月・全10回)午後2時～3時30分②1月9日～3月20日(火・全11回)午後1時30分～3時 ①ゆったりいす体操(運動初心者向け)②脳を刺激するコーディネーション運動 65歳以上・各20人※医師に運動を制限されている人は不可 持お茶・タオル・上履き 12月15日～20日に下記へ 所&問 介護予防センター(☎31-0628)

■助産師による「おっぱい相談室」
毎週木曜日・午後2時～(1人約30分) 所産婦人科外来 内乳房マッサージ(個別相談含む) 妊婦、産後の母親 費2,500円 問芦屋病院3階東病棟(☎31-2156・午後1時～4時)



12月の保健センターだより(予防・健康づくり)

～妊娠・子育ては1日号でご確認ください～

事業名	日時・会場	対象・その他
肺がん検診(65歳以上は結核検診含む)	平成30年1月10日(水) 午後1時～1時30分	40歳以上/年1回(無料)胸部直接撮影【要予約】必要な人はかく痰検査(900円)
胃がん検診	平成30年1月以降の予約受け付け中	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】
大腸がん検診	随時受付(郵送提出)	40歳以上/年1回(800円)便潜血反応検査(2日法)
がん検診 前立腺がん検診	平成30年1月11日(木) 午前10時30分～11時	50歳以上男性/P S A検査(1,000円)【要予約】
個別 乳がん検診	芦屋病院 ☎31-2156 毎週月～金曜日の午前中 [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)マンモグラフィー・視触診 ※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】
集団 乳がん検診	平成30年1月30日(火)午前検診車(保健センター)	
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【予約が必要な医院があります】
アスベスト検診	20日(水) 午後1時～1時30分	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】
肝炎ウイルス検診	平成30年1月11日(木) 午前10時30分～11時	肝炎ウイルス検査を受けたことがない40歳以上(1,000円)【要予約】
骨粗しょう症検診	19日(火)平成30年1月19日(金)午前9時30分～10時	20歳以上・超音波法(1,000円)【要予約】
健康チェック(3時間人間ドック)	平成30年1月以降の予約受け付け中	市内在住・在勤30歳以上(9,000円)【受診日の1週間前までに要予約】
歯の無料健診・相談	20日・平成30年1月17日(水) 午後1時～2時45分(歯科センター)	成人(40歳以上には歯周疾患検診あり)
げんき度健診(体力測定)	平成30年1月26日(金) 午前9時30分～11時45分	市内在住・在勤20歳以上【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】
健康相談	平成30年1月11日(木)午後	成人/医師による相談【要予約】
栄養相談	19日・平成30年1月16日(火) 午前9時30分～11時	管理栄養士による生活習慣病予防等の食事相談【要予約】
保健相談	随時	保健師による生活習慣病の予防等【要予約】

- ◆会場の明記していないものはすべて保健センター ◆料金記載の無いものは無料
- ◆対象は芦屋市民
- ◆各がん検診(前立腺がんを除く)、肝炎ウイルス検診は70歳以上(要認印)・市民税非課税世帯に属する人(事前に保健センターに申し出が必要・要認印)は料金が免除となります。
- 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/FAX31-1018(呉川町14-9)



年末・年始救急医療

- 【夜間在宅輪番】
12月29日～平成30年1月3日
南芦屋浜病院(外・内) ☎22-4040(陽光町3-21) 午後8時～翌日午前7時
- 【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
- 休日応急診療所(内・小) ☎21-2782(公光町5-13) 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) 午前9時～翌日5時30分
- 神戸こども初期急病センター(小) ☎078-891-3999(神戸市中央区脇浜海岸通1-4-1) 午前9時～翌日6時30分

市民対象 シニアライフ トータルサポート講座

高齢者のライフプランとマネープラン
70歳から100歳までいくらかかる? 住まいの処分・住替え・生涯現役という生き方等
●1月13日(土)10:00～11:30
●場所:はつらつ館 大会議室
●受講料:500円(資料代込)
(要電話申込・当日支払)

設立30周年 感謝 ぎずな 飛躍 ～地域と共に～
公益社団法人芦屋市シルバー人材センター「はつらつ館」芦屋市宮塚町2-2
TEL32-1414 FAX31-9223 http://www.sjc.ne.jp/ashiya

「はつらつ館」隣にCaféオープン! 広告

地球環境にも人にも優しい有機の美味しいコーヒー。軽食もあります。おひとりでも、グループでも、居心地のよいカフェです。お手頃価格で皆さんのお越しをお待ちしております。
営業時間:月～金曜日 9:00～16:00



神鋼ケアライフは本年4月より住友林業グループの一員になりました。(住友林業株66.7%出資) 広告



ホーム見学会開催(要予約)

12/18(月) 11:00～ 昼食付 参加費 各日 各一人様 1,000円(昼食・税込価格)
1/23(火) 11:00～ 昼食付
見学会は入居状況により共用部のみの見学・ご案内になる場合がございます。
受付時間 9:00-17:00
☎0120-65-8208

【神戸市有老人ホーム設置運営指針による表示事項】●類型/介護付有料老人ホーム(一般型特定施設入居者生活介護)●居住の権利形態/利用方式●利用料の支払い方式(一部前払い一部月払い方式(一般居室)・選択方式(介護居室)●入居時の要件/入居時自立・要支援・要介護●介護保険/兵庫県指定介護保険特定施設、介護認定介護予防特定施設●介護居室区分/全室個室●介護にかかわる職員体制/1.5:1以上。夜間(17:00～翌9:30)の介護職員数8名・看護職員2名※夜間休憩時、介護職員4名・看護職員1名。になる時間帯があります※緊急時等には対応いたします。【施設概要】●交通/阪急神戸線「岡本」駅より徒歩15分(約1.180m)、JR神戸線「摂津本山」駅より徒歩12分(約930m)阪神本線「青木」駅より徒歩9分(約700m)●構造/規模/鉄筋コンクリート造一部鉄骨造地上14階建(ケアセンター棟地上6階)●総居室数/一般居室105戸/介護居室101室●土地建物の権利形態/土地は普通借地(平成16年契約、所有者は神鋼不動産(株))、建物は自社所有
TEL 078-261-6665 FAX 078-261-6662
www.s-carelife.co.jp