

保健と環境

芦屋病院 ☎31-2156

芦屋病院マチネーコンサート
 回6月27日(日)14時30分~15時30分 芦屋病院外来棟5階ホ-ル 関ジョイントコンサート「初夏に寄せて」 関稲毛恭子(ソプラノ歌手)、井口寛子(ピアノ)、葛原睦子(マンドリン)、津田秀夫(ギター) 関総務課管理担当

糖尿病教室
 回6月11日(金)13時30分~15時 芦屋病院南病棟1階講義室 関糖尿病と臨床検査・医療者とともに行う自己管理 関臨床検査科・小柳日出夫氏ほか・スタッフ全員 関臨床検査科

芦屋病院健康教室
 回6月16日(水)13時30分~15時 芦屋病院外来棟5階外科(東側)ロビー 関外反母趾(足の痛み) 関整形外科部長・大野博史氏ほか 関総務課管理担当

保健センター ☎31-1586

歯の衛生週間(6月4日~10日)
 「さあ始めよう歯の健康づくり、快適ライフ」
 【歯の健康フェスタ】
 回6月6日(日)10時~16時 芦屋ホール(ラポルテ本館3F) 関歯こうチェック、サリバスターテスト、歯の無料健診、相談、歯磨き教室、手形作製、ポスター展

【歯の無料健診と相談】
 回&回 6月4日~10日・各歯科医院(休診日は除く。要電話予約) 8日(火)8時30分~11時30分・芦屋病院
 【歯の供養】
 回6月5日(土)14時~15時 芦屋霊園内「歯の供養塚」 抜けた歯や不要な義歯などをご持参ください。

介護予防教室 ~つまずかない、ふらつかない、ころばない~
 回&回 6月16日(水)医療センター 6月22日(火)あしや聖徳園 6月25日(金)あしや喜楽苑 6月30日(水)エルホーム芦屋。いずれも13時~15時 関転倒予防のための筋力アップ・福祉用具、骨折予防の食事について 関保健師・栄養士・運動トレーナー・在宅介護支援センター職員 関40歳以上のかた30人(要予約)

老人健康診査のお知らせ
 回6月21日~9月30日 回対象者に送付します「お知らせ」に掲載 関65歳以上のかた(社会保険本人は除く) 関基本健康診査800円、大腸がん検診800円、肺がん検診は無料(かく痰検査900円)。上記の基本健康診査・検診は70歳以上のかたは無料。*前立腺がん検診1,000円(70歳以上のかたも有料) 関治療希望者は健康保険証、老人医療費受給者証が必要(治療費は別途有料)

日曜・祝日救急当番医

内科・小児科 9:00~17:00
 休日応急診療所 ☎21-2782 (医師会医療センター内 公光町5-13)
 夜間在宅輪番 ()内は診療科目
 *金曜日20時~23時は下記のとおり。
 6/4 山下医院(内・外) ☎22-5124
 6/11 福岡外科医院(外) ☎31-5588
 6/18 荻野医院(内) ☎23-6226
 6/25 富永医院(内・小) ☎22-3823
 7/2 中村医院(内) ☎23-0468
 *金曜日23時~翌日7時、金曜日以外の20時~翌日7時は南芦屋浜病院(☎22-4040)

こどものアレルギー教室
 回6月25日(金)10時~12時 芦屋市民センター料理室 関食物アレルギーを予防する献立(実習と試食) 関1歳以上の幼児と保護者、30人(要予約)。先着15人に限り託児あり。

プレおや教室(母親学級)後期クラス
 回&回 7月14日(水)13時30分~15時30分。「お産のはじまりとすすみ方」「痛みをのがす呼吸法(運動できる服装で)」
 7月28日(水)13時30分~15時30分。「母乳育児について」「先輩ママとの交流会」 関母子健康手帳、テキスト 関前期未受講のかたのみテキスト代200円 関25人(要予約)

芦屋健康福祉事務所 ☎32-0707

アルコール依存症家族会
 回6月11日(金)10時~12時 関アルコール問題で悩んでいる家族(要予約) 芦屋健康福祉事務所

あじさいの会(痴呆性老人家族会)
 回6月21日(月)13時30分~15時30分 関痴呆性老人を介護している家族(託老希望のかたは事前に連絡必要) 芦屋健康福祉事務所

特定疾患受給者証継続申請手続
 平成16年10月1日以降も受給したいかたは、7月1日から9月30日までに継続申請の手続をしてください。

食中毒を予防しましょう

夏を控え、O157や食中毒が気になる季節。近年、サルモネラ菌や腸炎ピブリオ菌による食中毒が増加しています。

清潔に - 細菌をつけないために -
 食品を取り扱う前や用後は、必ず手を洗い消毒し、まな板・包丁・ふきん等は使った後すぐ洗剤と流水でよく洗しましょう。特に、生の肉や魚を切った後の包丁やまな板は、洗ってから熱湯をかけて使うようにしてください。

迅速に、冷却または保温
 - 細菌を増やさないために -
 生鮮食品は購入後、すぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れましょう。

加熱 - 細菌を殺す -
 加熱して調理する食品は、中心部が摂氏75度、1分間以上加熱し、解凍後は、すぐに調理するようにしましょう。

健康福祉事務所 ☎32-0707
 保健センター ☎31-1586

6月燃やさないごみ 収集カレンダー
 環境処理センター ☎22-2155

*町ごとに決められた曜日に出してください

日	月	火	水	木	金	土	×印は非回収日
		1	2	3	4	5	ビン
6	7	8	9	10	11	12	その他燃やさないごみ
13	14	15	16	17	18	19	カン
20	21	22	23	24	25	26	その他燃やさないごみ
27	28	29	30				ビン

*事前に各医療機関へお問い合わせください

救急指定病院
 芦屋病院(内) ☎31-2156
 南芦屋浜病院(外・内) ☎22-4040

歯科 9:00~12:00
 芦屋市歯科医師会 ☎23-6471
 6/6 橋本歯科医院 ☎22-3393
 6/13 増田歯科医院 ☎22-5359
 6/20 長谷川歯科医院 ☎34-0212
 6/27 広瀬歯科クリニック ☎23-6420
 7/4 はまもと歯科クリニック ☎21-2288

耳鼻咽喉科・眼科の急病診療
 診療日...日曜・祝日、9時~16時
 尼崎医療センター(☎06-6436-8701)
 尼崎市水堂町3-15-20)

6/1~7/5

健康カレンダー

保健センター

☎31-1586 阪神芦屋駅から北へ200m

内容	日時・会場	対象・経費・その他
ツベルクリン反応検査 ツ反判定・BCG接種	14・16日 13:30~14:30	3カ月~4歳未満(母子健康手帳・申し込み書・体温計・無料)
妊婦お産の相談室(予約制)	21日 13:30~15:00	妊娠や母乳の相談(無料)
新生児訪問指導	随時	新生児訪問希望者・発育・母乳相談(無料)
育児相談	17日 9:30~10:30	乳児、母子手帳持参 身体測定 子育て相談(無料)
なかよし育児教室(予約制)	28日 9:45~11:30	6~7カ月児 母子健康手帳持参(無料)
4カ月児健康診査	15・22日 13:15~14:00 会場 芦屋健康福祉事務所	H16.2.1~15生まれ(無料) H16.2.16~29生まれ
10カ月児健康診査	実施医療機関で実施	H15.8月生まれ(無料)
1歳6カ月児健康診査	10・24日 13:15~14:00 会場 保健センター	H14.12.1~15生まれ(無料) H14.12.16~31生まれ
3歳児健康診査	3・17日 13:15~14:00 会場 芦屋健康福祉事務所	H13.2.1~15生まれ(無料) H13.2.16~28生まれ
アレルギー相談(予約制)	7日 9:30~11:00	アトピー性皮膚炎、喘息等の相談(無料)
アレルギー健診(予約制)	18日 13:00~14:00	小児を対象に医師による健診(無料)
歯周病予防教室	16日 13:00~14:30 会場 歯科医師会館	歯の無料相談・歯周疾患検診等(無料)
在宅ねたきり予防訪問指導	随時、保健センター	在宅で40歳以上の療養者(無料)
在宅ねたきり者歯科訪問指導	にお申し込みください	在宅で60歳以上の寝たきり、準ずるかた(無料)
市民健康診査 (肺がん検診40歳以上)	4・8日 7/2日 9:30~10:30	16歳以上 胸部X線・血圧・検尿(無料) 40歳以上 上記の他 心電図・血液検査(800円)・歯周疾患検診 妊婦 血液検査(予約制)
貧血検査	(血液検査前 4時間絶食)	16歳以上(130円)
肝炎ウイルス検診		40・45・50・55・60・65・70歳のかた(1000円)
前立腺がん検診		50歳以上の男性のかた(1000円)
健康チェック(予約制)	8月分予約受付中	35歳以上(生活習慣病予防11項目9000円)
骨粗しょう症検診(予約制)	6月分予約受付中 9:30~10:00	20歳以上(1000円) 超音波法
栄養相談(予約制)	15日 9:30~11:00	小児から高齢者まで生活習慣病ほか(無料)
健康相談(予約制)	8・29日 13:00~15:00	成人を対象に医師による相談(無料)
胃がん検診(予約制)	3・10・17・21・24・28 7/1 9:15~10:30	35歳以上(3500円)
子宮(頸部)がん検診 乳がん検診	随時(医療機関で診療 時間の午前中)	30歳以上。子宮がん(1000円) 乳がん(400円)
大腸がん検診	受付随時 提出日:1・8・ 15・22・29 午前中	40歳以上(800円) 採取容器を渡し、とり方の説明

市民健診、各種がん検診(前立腺がんを除く)は70歳以上免除(要認印)
 上表で会場を明記していないものは、すべて保健センターで実施

芦屋健康福祉事務所(芦屋保健所)

☎32-0707 国道2号線業平橋東へ150m

内容	日時	対象・経費・その他
親子の心の健康相談 (予約制)	8日 13:30~14:30	子育ての悩み、ことばの遅れ、しつけ相談(無料)
こころの相談(予約制)	2・15日 13:30~14:30	老人の痴呆、うつ等専門医によるこころの病気の相談(無料)
検便(赤痢等)	毎週月・火・水曜日 9:00~12:00	各菌ごと440円 サルモネラ菌検査は月、火受付
水質検査 (特殊項目は要予約)	毎週月・火・水曜日 9:00~12:00	一般4,600円 特殊項目2,400円
一般健康相談(予約制) 事業所検診(予約制)	4・18日 13:00~14:00	検査項目、検査数により 金額変動(有料)
HIV、HCV、Hbs検査 (予約制)	4・18日 14:00~14:30	HIVのみ匿名検査は無料 証明書が必要なかたは有料 検査数により金額変動
専門栄養相談(予約制)	1・8日 10:00~12:00	専門栄養相談(無料)

家庭でできる省エネ提案

6月は環境月間です

はじめています。地球にやさしい新生活

(出典:内閣府「エコライフ・ハンドブック」より)



自動車の利用の自粛を!

無駄な荷物の運搬、業務車両の持ち帰りを自粛する等、自動車の利用を控えましょう。

自動車の適正な使用を!

自動車を利用する際は、駐車時のアイドリングストップ、急発進・空ぶかしの抑制、タイヤの空気圧の適正化を始めとする点検・整備の励行等、自動車の適正な使用に心がけましょう。

問い合わせ 生活環境部総務課環境保全担当 ☎38-2051