

保健と環境

芦屋病院 ☎31-2156

芦屋病院マチネーコンサ - ト
 回 8月8日(日)14時30分~15時30分 回
 外来棟5階ホ - ル 回 幸せを運ぶコント
 ラパス 回 野田一郎(コントラパス)、加
 納文子(ピアノ) 回 総務課管理担当

芦屋病院健康教室
 回 8月18日(水)13時30分~15時 回
 外来棟5階外科側(東側)ロビー 回 ポスニア
 ヘルツェゴビナ報告~ JICA 疼痛治療
 専門家として~ 回 麻酔科部長・前田倫
 回 総務課管理担当

保健センター ☎31-1586

健康大学講座受講生募集
 回 & 回 全10回。木曜日中心(のみ水曜
 日)、14時~16時 9月2日・入学式、
 「上手に医師にかかるには」 9月9日
 「腰痛について」「気になる皮膚病」
 9月16日「排尿障害について」「気になる
 婦人の病気」 9月22日「うつ病につ
 いて」「生活習慣病予防と健康づくり」
 9月30日「動脈硬化性疾患とその予防
 について」「白内障」 10月7日(一般
 公開講座)「高齢者の骨折予防」 10月
 14日(一般公開講座)「家庭における救急
 処置について」 10月21日「“肺病”つ
 てこわい病気?」「よくある慢性呼吸器
 疾患と肺結核について」 10月28日「い
 びきと睡眠時無呼吸症候群」「歯科から
 みた全身へのアプローチ」 11月4日
 「医療制度について」修了証書授与 回
 芦屋市医師会医療センター 回 50人(要
 予約) 回 2,000円 回 & 回 8月20日(金)
 までに保健センターまたは芦屋市医師会
 (☎32-2000)へ

プレおや教室(母親学級)後期クラス
 回 & 回 9月8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)
 9月22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
 回 保健センター 回 母子健康手帳、テ
 キスト 回 前期末受講のかたのみテキ
 スト代200円 回 25人(要予約)

栄養指導講習会 - 高脂血症予防教室 -
 受講終了者は、高脂血症改善運動教
 室に6カ月間無料で参加できます。
 回 & 回 8月25日(水)13時30分~16時
 「高脂血症と動脈硬化~食事による予
 防」 8月26日(木)13時30分~16時
 「ウォーキングのすすめ」 8月27日
 (金)10時~12時30分「調理実習・高脂
 血症を予防する血液サラサラのヘルシ
 ーメニュー」(材料費600円、エプロ
 ン・ふきん・三角巾持参) 回 芦屋病
 院内科医長・外山裕美子 文化振興
 財団トレーニング指導士・松永悟朗
 回 保健センター 体育館・青少年セン
 ター 市民センター・料理室 回 30人
 (要予約)

日曜・祝日救急当番医

*事前に各医療機関へお問い合わせください

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。

8/6 大森医院(内) ☎32-3997
 8/13 吉龍医院(外・内) ☎32-2855
 8/20 芦屋橋本クリニック(内・透析)
 ☎21-3131
 8/27 北岡医院(内・小) ☎22-3414
 9/3 山田医院(内) ☎22-9351
 *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)

芦屋健康福祉事務所 ☎32-0707

アルコール依存症家族会
 回 8月13日(金)10時~12時 回 アルコ
 ール問題で悩んでいる家族(要予約) 回 芦
 屋健康福祉事務所

あじさいの会(痴呆性老人家族会)
 回 8月16日(月)13時30分~15時30分
 回 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) 回 芦屋
 健康福祉事務所

芦屋いずみ会「子ども料理教室」
 回 8月25日(水) 10時~12時 13時30
 分~15時30分 回 小学生が楽しくでき
 る料理 回 先着30人の小学生と保護
 者 回 大人300円、子ども200円 回 8
 月16日(月)までに、芦屋いずみ会事務局
 へ電話かファクス(FAX38-1340)で連絡を。

特定疾患受給者証継続申請手続
 7月から受給者証の継続申請の受付が
 始まっています。申請がまだのかたは、
 芦屋健康福祉事務所まで9月30日までに手
 続きをしてください。必要書類は窓口で。

精神障害者家族教室
 回 8月25日(水)13時30分~15時30分
 回 統合失調症患者の家族(要予約) 回
 精神科医師の講話など 回 芦屋健康福
 祉事務所

原子爆弾被爆者二世健康診断のお知らせ
 兵庫県では被爆者二世のかたを対象
 に健康診断を実施します。受診希望の
 かたに申込書を郵送しますので、下記
 へご連絡ください(昨年受診申し込みを
 されたかたは連絡は不要です)。
 回 11月上旬から平成17年2月上旬の指
 定する日 回 芦屋が指定する医療機関等
 回 原爆被爆者二世のかた(両親いずれか
 が被爆者である場合) 回 8月31日(火)
 までに下記へ 回 兵庫県健康生活部健
 康局疾病対策課難病係(☎078-341-7711)
 または兵庫県被爆者相談室(☎078-361-
 8604)

8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 |
| 木 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 又 | ピン |
| 又 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | その他燃やさないごみ |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | カン |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | その他燃やさないごみ |
| 29 | 30 | 31 | | | | | ピン |

紙資源(水曜日)の収集日は、次のとお
 りです。指定日を間違えないように、
 お出してください。

4日...段ボール
 11日...雑誌、チラシ、その他の紙類
 18日...ペットボトル
 25日...新聞紙、紙パック

8/1~9/5

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 | 30日・9/1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) | 23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 | 19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) | 23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 | 3・24日 13:15~14:00 会場 芦屋健康福祉事務所 | H16.4.1~15生まれ(無料) H16.4.16~30生まれ |
| 10カ月児健康診査 | 医療機関で実施 | H15.10月生まれ(無料) |
| 1歳6カ月児健康診査 | 26日 13:15~14:00 会場 保健センター | H15.2.1~28生まれ(無料) |
| 3歳児健康診査 | 5日 13:15~14:00 会場 芦屋健康福祉事務所 | H13.4.1~30生まれ(無料) |
| アレルギー相談(予約制) | 2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) | 今月はありません | |
| 歯周病予防教室 | 18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 にお申し込みください | 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 | | 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) | 6日・9/3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時間絶飲絶食) | 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) | 10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) | 27日 9:30~10:00 | 20歳以上(1000円) 超音波法 |
| 栄養相談(予約制) | 17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) | 10・24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) | 5・19・26・30日 受付 9:15~9:45 | 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:3・10・ 17・24・31日 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) | 10日 13:30~14:30 | しつけや子育て、親子関係での悩み等の相談 (無料) |
| こころの相談(予約制) | 4・17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) | 20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) | 20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) | 3・10日 10:00~12:00 | 専門栄養相談(無料) |

家庭でできる 省エネ提案

始めています 地球にやさしい新生活

冷房中の室温は28 を
 下回らないように設定を!
 冷房中の室温が、28 を
 下回らないように、部屋の
 温度のこまめな調整に努め
 ましょう。



不必要なエアコンの使用を
 控えましょう!
 必要のないときにもエアコンを
 つけっぱなしにいませんか?
 1日1時間、エアコンの使用を
 控えましょう。

問い合わせ 生活環境部総務課環境保全担当 ☎38-2051