

保健と環境

芦屋病院 ☎31-2156

糖尿病教室

☎6月10日(金)13時30分~15時 南病棟1階講義室 ☎糖尿病~動脈硬化~
院内医師 岡栄養科

健康教室

☎6月15日(水)13時30分~15時 外来棟5階外科側口ピー ☎関節リウマチの最新治療
整形外科部長・大野博史 岡総務課

芦屋病院マシナーコンサ-ト

☎6月19日(日)14時30分~15時30分 外来棟5階ホール ☎ジャズコンサート
芦屋女子短期大学軽音楽部 岡総務課

肝臓病教室

☎6月24日(金)13時30分~15時 南病棟1階講義室 ☎アルコール性肝炎
診療局次長・桐山和雄ほか 岡栄養科

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!

【歯の健康フェスタ】

☎6月5日(日)10時~16時 芦屋ホール ☎歯の無料健診、歯垢チェック
【歯の無料健診と相談】

☎6月4日~10日(休診日は除く) 市内歯科医師会各診療所 7日(火)
8時30分~11時30分、市立芦屋病院 ☎各歯科医院に電話で(要予約)

【歯の供養】

☎6月4日(土)14時~15時 芦屋霊園
「歯の供養塚」☎抜けた歯・不要な義歯

老人健康診査のお知らせ

☎6月15日~9月30日 対象者に通知
☎65歳以上のかた(社会保険加入者本人は除く)
☎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)。
70歳以上のかたはいずれも無料 ☎治療(治療費は別途)希望者は健康保険証、老人医療費受給者証を持参してください。

こどものアレルギー教室

【アレルギーを予防する献立】
☎6月24日(金)10時~12時 市民センター ☎実習と試食 ☎1歳以上の幼児と保護者25人(要予約) 託児先着15人
【講演「アレルギーって何?」】
☎6月30日(木)14時~16時 保健センター ☎アトピー性皮膚炎など ☎30人(要予約) 託児10人(1歳以上) 岡崎医療生協病院小児科・富永弘久医師

ブレおや教室(母親学級)後期クラス

☎7月13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(運動のできる服装)」
7月27日(水)13時30分~15時30分
「赤ちゃんとの生活をイメージしよう」
保健センター ☎25人(要予約) ☎テキスト代200円(前期未受講でテキストのないかたのみ必要) ☎母子手帳・テキスト

幼児の食事とおやつ教室

☎7月15日(金)10時~11時30分 ☎夏の食事とおやつとの与え方
保健センター ☎1歳6ヵ月~3歳児とその保護者
☎30組(要予約) 託児15人(1歳以上)

芦屋健康福祉事務所 ☎32-0707

アルコール依存症家族会

☎6月10日(金)10時~12時(要予約) 芦屋健康福祉事務所

あじさいの会(認知症老人家族会)

☎6月20日(月)13時30分~15時30分(託老を希望されるかたは事前に上記へ)
保健センター

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	※	ビン
※	6	7	8	9	10	※	その他燃やさないごみ
※	13	14	15	16	17	※	カン
※	20	21	22	23	24	※	その他燃やさないごみ
※	27	28	29	30			ビン

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。
1日...段ボール
8日...雑誌、チラシ、その他の紙類
15日...ペットボトル
22日...新聞紙、紙パック
29日...段ボール

0157・食中毒を予防しましょう

【0157】

加熱と消毒 - 感染を予防する -
飲食物をなるべく加熱し、手洗いの励行や消毒などを心がけてください。
早めの診察 - 重症化を防ぐ -
下痢・腹痛・発熱などの症状があった時は、早めに医師の診察を受けましょう。特に、乳幼児やお年寄りは重症化しやすいので、ご注意ください。

【食中毒】

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いましょう。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ことが大切です。
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分以上加熱し、解凍後は、すぐに調理しましょう。

健康福祉事務所 ☎32-0707
保健センター ☎31-1586

6/1~7/5 健康カレンダー

保健センター

☎31崖1586 (公光町5-10)

内容	日時・会場	対象・経費・その他
BCG接種	27日13:30~14:30	満3ヵ月~6ヵ月未満(母子健康手帳・申し込み書・体温計・無料)
妊娠・お産・母乳の相談室(予約制)	20日13:30~15:00	妊娠や母乳の相談(生後3ヵ月未満)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	16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)	27日9:45~11:30	6~7ヵ月児 母子健康手帳持参(無料)
4ヵ月児健康診査	7・28日13:00~13:45 場所 芦屋健康福祉事務所	H17.2.1~15生まれ H17.2.16~28生まれ (無料)
10ヵ月児健康診査	受託医療機関で実施	H16.8月生まれ(無料)
1歳6ヵ月児健康診査	9・23日13:15~14:00 場所 保健センター	H15.12.1~15生まれ H15.12.16~31生まれ (無料)
3歳児健康診査	2・16日13:15~14:00 場所 芦屋健康福祉事務所	H14.2.1~15生まれ H14.2.16~28生まれ (無料)
アレルギー相談(予約制)	6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)	17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	15日13:00~14:30 場所 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	にお申込みください	在宅で60歳以上の寝たきり、準ずる方(無料)
市民健康診査(肺がん検診40歳以上)	3日・14日・7月1日 9:30~10:30 (血液検査前 4時間絶食)	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		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(1,000円)
前立腺がん検診		50歳以上の男性のかた(1,000円)
健康チェック(予約制)	17年8月分予約受付中	35歳以上(生活習慣病予防11項目9,000円)
骨粗しょう症検診(予約制)	24日9:30~10:00 場所 医師会医療センター	20歳以上(1,000円)超音波法
栄養相談(予約制)	21日9:30~11:00	小児から高齢者まで生活習慣病他(無料)
健康相談(予約制)	7・28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)	2・9・13・16・20・23・27日 受付9:15~9:45	35歳以上(3,500円)
大腸がん検診	受付随時 提出日 毎週、火曜日の午前中	40歳以上(800円)採取容器を渡し、とり方の説明
子宮(頸部)がん検診	随時 医療機関で診療時間の午前中	30歳以上(1,000円)
乳がん検診(問診・視触診)	随時 医療機関で診療時間の午前中	30歳以上(400円)
乳がん検診(マンモグラフィ併用)(予約制)	実施日 毎週 火・水・金曜日 の午前中(1日5人まで) 場所 市立芦屋病院	40歳以上(2,800円) 注:復はがきに、受診希望日(2週間以上先・複数日)と住所・氏名・電話番号・生年月日をご記入の上、保健センターへ申し込んでください *豊胸術・ベアーズ・カ装者のかたは受診できません

市民健診、各がん検診(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崖0707 (公光町1-23)

内容	日時・会場	対象・経費・その他
親と子の心の健康相談(予約制)	14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)	8日 13:30~14:30	認知症、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)	3日、17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)	3日、17日 14:00~14:30	HIVのみ匿名検査は無料 証明書が必要な方は有料。検査数により金額変動
専門栄養相談(予約制)	7日、14日 10:00~12:00	専門栄養相談(無料)

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時~17時
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。
6/3 宮崎内科クリニック(内) ☎25-2528
6/10 あずみクリニック(内) ☎25-1078
6/17 平林医院(内・外) ☎22-3548
6/24 山下医院(内・外) ☎22-5124
7/1 上田医院(内) ☎34-1878

*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)

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時~12時
芦屋市歯科医師会 ☎23-6471
6/5 池澤歯科医院 ☎32-1780
6/12 いけだ歯科 ☎35-4182
6/19 稲垣歯科医院 ☎22-2870
6/26 宇賀歯科医院 ☎22-4074
7/3 上住歯科医院 ☎34-1560
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)

家庭等のできる省エネ提案

6月は「環境月間」です

はじめましょう、みんなで取り組む環境保全。地球にやさしい新生活

現在の環境問題は、私たちの日常生活が原因となっているものが多く、自らが環境への負荷を与えています。



・資源回収への取り組みや省エネルギーを意識した生活などがあります。

身近な環境問題に目を向け、環境の質の向上のために、より積極的に行動することが、今、私たちに求められています。

個人・家庭で取り組むものとして、廃棄物等の分別

(出典:内閣府エコライフ・ルノブックより)

問い合わせ 生活環境部総務課環境保全担当 ☎38-2051