

保健と環境

芦屋病院  
緯31-2156

芦屋病院マチネーコンサ-ト  
8月7日(日)14時30分~15時30分 外来棟5階ホ-ル 弦楽合奏 弦楽合奏団「アンサンブル・ラクーン」 総務課

保健センター  
緯31-1586

栄養指導講習会(要予約)  
受講終了者は、高脂血症を改善する運動教室に6カ月間無料で参加できます。  
8月24日(水)13時30分~16時「高脂血症と動脈硬化~最近の話題・メタボリックシンドローム」/「高脂血症を予防する食事」 8月25日(木)13時30分~16時「ほどよく動かせウォーキングのすすめ」  
8月26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」 保健センター 体育館・青少年センター 市民センター 芦屋病院内科医長・竹内康雄 トレーニング指導士・松永悟朗氏 600円 エプロン、ふきん、三角巾 30人

健康大学講座(全10回)  
9月1日~11月4日、木曜日中心(のみ金曜日)14時~16時 医師会医療センター 9月1日、入学式/講話「上手に医師にかかるには」 9月8日、公開講座「家庭における救急処置」 9月15日「中・高年の整形外科的疾患~変形性膝関節症を中心に」/「知っておきたい皮膚病」 9月22日「おしっこのお話」/「熟年期からの婦人病」 9月29日「ストレスと心の病」/「結核感染症について」 10月6日、公開講座「再建手術から美容外科まで~ブラック・ジャックのツギハギも治せます」 10月13日「健診で心臓に異常があるといわれたら」/「視力の話」 10月20日「緊急治療を必要とする脳の病気」/「大腸のポリープと癌」 10月27日「花粉症」/「薬の上手な飲み方」 11月4日「医療制度~福祉医療」/卒業式・修了証書授与 先着50人(要予約) 2,000円 8月22日(月)までに、保健センターまたは医師会(緯32-2000)へ

プレおや教室(母親学級)後期クラス  
9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)」 9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」 保健センター 母子健康手帳・テキスト 前期未受講のかたのみテキスト代200円 25人(予約制)

芦屋健康福祉事務所  
緯32-0707

県特定不妊治療費助成  
次の ~ のすべてに該当する夫婦、県内に住所を有し、法律上婚姻 指定医療機関での特定不妊治療(体外受精・顕微授精) 夫婦合算の前年所得額が650万円未満 1年度につき上限10万円(通算3カ年度が限度) 健康増進課へ

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 緯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。  
8/5 大谷整形外科眼科(整眼) 緯34-7077  
8/12 さわかクリニック(内) 緯23-7117  
8/19 芦屋セントマリア病院 (外・内・整) 緯23-1771  
8/26 永松クリニック(外) 緯32-3399  
9/2 荻野医院(内) 緯23-6226  
\*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(緯22-4040)

アルコール依存症家族会  
8月12日(金)10時~12時(要予約) 芦屋健康福祉事務所

いずみ会「母と子の料理教室」  
8月23日(火)10時~12時45分(受け付け9時40分~) 簡単ランチ 2歳以上の幼児とその保護者、先着10組(申し込みが4組以下の場合実施しません) 大人300円・子ども200円 エプロン、三角巾、タオル 8月18日(木)までに、はがきまたはファクスに氏名・住所・電話番号を記入し、右記へ いずみ会事務局(健康増進課内 FAX38-1340 〒659-0065 公光町1-23)

精神障害者家族教室  
8月24日(水)13時30分~15時30分 薬について 市内在住の統合失調症患者の家族 野津医院医師・小林誓子氏 前日までに、電話で健康増進課へ

特定疾患受給者証継続申請  
有効期間の終期が9月30日の特定疾患医療受給者証を持ち、10月1日以降も引き続き受給者証の交付を希望されるかた 必要書類:継続交付申請書、臨床調査個人票(診断書) 患者の属する世帯の生計中心者の前年所得税額を証明する書類、世帯全員の住民票、重症申請書および重症申請用診断書(重症申請するかたのみ) 9月30日(金)までに上記へ(できるだけ8月末日までに申請してください。9月以降では、受給者証が10月までにお手元に届かない場合があります)。

8月の燃やさないごみ  
収集カレンダー

環境処理センター (緯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	6	ピン
8	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、指定日を間違えないように、お出ください。  
3日...段ボール  
10日...雑誌、チラシ、その他の紙類  
17日...ペットボトル  
24日...新聞紙、紙パック  
31日...段ボール

「春のわがまちクリーン  
作戦」ご協力のお礼

6月12日(日)の『わがまちクリーン作戦』に自治会や各種団体から1,801人の参加があり、「可燃ごみ」4,750kg、「不燃ごみ」550kg、合計5,300kgのごみを収集できました。参加いただいた皆さんにお礼申し上げます。  
次回も、まちの環境美化の向上にご協力をお願いいたします。  
問い合わせ 生活環境部総務課 緯38-2050

救急指定病院  
芦屋病院(内) 緯31-2156  
南芦屋浜病院(外、内) 緯22-4040  
歯科 9時~12時  
芦屋市歯科医師会 緯23-6471  
8/7 ごん歯科医院 緯38-5577  
8/14 長谷川歯科医院 緯34-0212  
8/21 杉井歯科 緯21-2525  
8/28 高田診療所 緯31-2229  
9/4 多田羅歯科医院 緯32-1913

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(緯06-6436-8701)  
尼崎市水堂町3-15-20)

8/1~9/5 健康カレンダー

保健センター

〒31586 阪神芦屋駅から北200m(公光町5-10)

内容	日時・会場	対象・経費・その他
B C G接種	29日13:30~14:30	満3カ月~6カ月未満(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)	22日13:30~15:00	妊娠や母乳の相談(生後3カ月未満)(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	18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)	22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	2・23日13:00~13:45 会場 芦屋健康福祉事務所	H17.4.1~15生まれ (無料) H17.4.16~30生まれ
10カ月児健康診査	受託医療機関で実施	H16.10月生まれ(無料)
1歳6カ月児健康診査	11・25日13:15~14:00 会場 保健センター	H16.2.1~15生まれ (無料) H16.2.16~28生まれ
3歳児健康診査	4・18日13:15~14:00 会場 芦屋健康福祉事務所	H14.4.1~15生まれ (無料) H14.4.16~30生まれ
アレルギー相談(予約制)	1日・9/5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	17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、準ずる方(無料)
市民健康診査(肺がん検診40歳以上)	5日・9/2日 9:30~10:30 (血液検査前 4時間絶対絶食)	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10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)	26日9:30~10:00 会場 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)	23日9:30~11:00	小児から高齢者まで生活習慣病(無料)
健康相談(予約制)	9・23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)	4・18・22・25・29・9/1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(医療機関で診察時間の午前中)	30歳以上(1,000円)
乳がん検診(問診・視触診)	随時(医療機関で診察時間の午前中)	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) 会場 市立芦屋病院	40歳以上(2,800円) 往復はがきに、受診希望日の有無と住所・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・ベアメーカ装着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) 〒320707 国道2号線業平橋東へ150m

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)	9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)	10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)	5日 13:00~13:30	検査項目、検査数により金額変動(有料)
HIV、HCV、HBs検査(予約制)	5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)	2日、9日 10:00~12:00	専門栄養相談(無料)

家庭でできる  
省エネ提案

みんなで止めよう温暖化  
チーム・マイナス6%

地球温暖化問題では、一人ひとりによる省エネルギーへの取り組みが大切です。そこで国では、具体的に二酸化炭素(CO2)等を減らす温暖化防止の行動の実践を促す集中キャンペーンを実施し、6つの具体的な温暖化防止の行動を呼びかけています。虚冷房は28度に設定しよう(温度調節で減らそう)許蛇口はこまめにしめよう(水道の使い方減らそう)距エコ商品を選んで買おう(商品の選び方で減らそう)鋸アイドリングをなくそう(自動車の使い方減らそう)漁過剰包装を断ろう(買い物とゴミで減らそう)禦コンセントをこまめに抜こう(電気の使い方減らそう)

問い合わせ 生活環境部総務課環境保全担当 緯38-2051