

●凡例…日日時(日程) 開催場・場所 内容 対象・定員 講師 出演 費用(記載の無い場合は無料) 持ち物 申し込み 問い合わせ

くらしの情報ガイド

お知らせ

◆人権相談
 7月26日(火)13時～16時 市役所北館2階会議室2 人権擁護委員による、いじめ・名誉棄損等、人権に関する相談
 当日午前中までに電話で右記へ 個人権推進担当 ☎38-2055)

◆日曜納税相談のお知らせ
 7月31日(日)9時～17時 納税相談 市役所北館地下1階警備室で手続き後に右記へ 回収税課 ☎38-2014)

◆狩猟免許試験・初心者講習会【第2回狩猟免許試験】
 <知識・適正>9月10日(土)13時10分～<技能試験>9月25日(日) 前記合格者 県中央労働センター 第1種狩猟/第2種狩猟/網猟・わな猟どちらか費5,200円 持ち持ちは8月8日～23日、郵送は22日(月)までに、簡易書留に朱書きで「狩猟免許申請書在中」と記入し右記へ 県自然環境課野生鳥獣係 ☎650-8567 住所不要/☎078-362-3463
 【第2回初心者講習会】
 8月6日(土)9時30分～ 県中央労働センター 費7,000円(テキスト・例題集含む) ☎& 兵庫県猟友会 ☎078-361-8127)

毎月20日は「阪神地域ノーマイカーデー」公共交通機関を利用しましょう

◆日本政策金融公庫による金融相談
 8月1日(日)13時～16時 経済課・消費生活センター(公光町5-10) 市内事業主 ☎& 図経済課 ☎38-2033)

講習・講座

◆上宮川文化センター/パソコン教室
 8月3日・10日(水)全2回 10時～12時 13時～15時 女性のためのエクセル講座 全日受講できるかた各6人 費1,000円 ウィンドウズXP・ワード・エクセル2003使用 回はがきまたはファクスで、教室名・郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、7月26日(火)<必着>までに下記へ 応募多数者の場合は抽選。結果は受講者のみ、はがきで通知 ☎& 上宮川文化センター ☎22-9229/☎22-1659/〒659-0061 上宮川町10-5)

納期

8月1日まで
 固定資産税・都市計画税(第2期分) / 課税課固定資産税担当 ☎38-2017 法人市民税・事業所得税(5月31日決算の法人) / 課税課管理担当 ☎38-2015 国民健康保険料(第1期分) / 保険医療助成課保険担当 ☎38-2035 後期高齢者医療保険料<普通徴収>(第1期分) / 保険医療助成課医療助成担当 ☎38-2037 介護保険料<普通徴収>(第1期分) / 老年福祉課介護保険担当 ☎38-2046

アナログ放送は7月24日に終了します!

地上デジタル放送の視聴には、地上デジタル放送対応の受信機とUHFアンテナが必要です。受信機は、デジタルテレビの購入や地上デジタルテレビ用チューナーを取り付ける方法、また、ケーブルテレビに加入して視聴する方法があります。ご質問・お問い合わせは、下記へお電話ください。

【問い合わせ】
 ■デジサポ兵庫 ☎78-330-0101
 ■総務省地デジチューナー支援実施センター (NHK放送受信料全額免除世帯への支援) ☎0570-033840 (市町村民税非課税世帯への支援) ☎0570-023724

※経済的な理由等で、地上デジタル放送に対応できない世帯(市町村民税非課税の世帯など)に対しては、簡易チューナーの無償貸付などの支援等も行っていきます。詳しくは総務省地デジチューナー支援実施センターへお問合せください。

平成23年度 国民健康保険料納額通知書を送付しました

国民健康保険に加入されている世帯には、「国民健康保険料納額通知書」を送付しました。例年、納額通知書発送後当分の間は、電話・窓口等が非常に混雑します。ご迷惑をお掛けしますが、ご了承ください。なお、保険料のお支払いは、便利な口座振替をお勧めします。口座振替依頼書は、下記窓口ほか市内の金融機関または郵便局にあります。

【保険料徴収業務の一部民間委託について】
 4月1日から、国民健康保険料および後期高齢者医療保険料の徴収業務の一部(電話・訪問による納付勧奨および保険料の領収)を、民間業者に委託しています。

問い合わせ
 保険医療助成課保険担当 ☎38-2035/医療助成担当 ☎38-2037

ラポルテ市民サービスコーナー

■窓口ご利用時間
 平日(月～金曜日) 午前10時～午後7時
 土曜・日曜・祝日 午前10時～午後5時
 ■休業日 7月の休業日はありません
 ■交付内容 住民票の写し、印鑑証明書、戸籍全部・個人事項証明書、外国人登録原票記載事項証明書、市税県民税課税証明書、固定資産課税台帳記載事項証明書など
 【ご注意】土・日・祝日と、平日の午後5時30分以降、除籍・改製原戸籍謄抄本や税務証明書等は、翌日以降の本庁開庁日に発行します。各種届け出・登録等の手続きは、市民課へ。
 問い合わせ
 ラポルテ市民サービスコーナー ☎31-3130

「下水」の水質検査結果

試験項目	試験日	平成23年5月25日	平成23年6月2日	
天候	晴れ	曇り/雨		活性汚泥法処理による基準
気温	22.9℃	21.4℃		
検水名	流入水/処理水	流入水/処理水		
水温(℃)	23.4 / 23.0	22.8 / 22.6		
P	7.5 / 6.8	7.5 / 6.7		5.8～8.6
S	93.5 / 93.5	70 / 2		70以下
S (mg/ℓ)	60 / 3	79 / 1.2		20以下
BOD (mg/ℓ)	93.5 / 2.8	79 / 1.2		20以下
大腸菌群数(個/ml)	11,000 / 0	31,000 / 0		3,000以下
備考	前日 晴れ/曇り	前日 晴れ		
	前々日 雨	前々日 晴れ		

用語の説明 【PH】水素イオン濃度。酸性度を示し7が中性。7より大きいほどアルカリ性が、小さいほど酸性が強い。【SS】不溶性の固形物。水質汚染の原因になる。【BOD】生物化学的酸素要求量。数値が高いほど有機物が多い。

効果的な家庭の節電対策

東日本大震災をうけ、資源エネルギー庁が家庭での協力を求めています。特に、午前9時～午後8時の節電要請が出ています。

節電のタイミングとコツを知って効果的な「節電アクション」を。



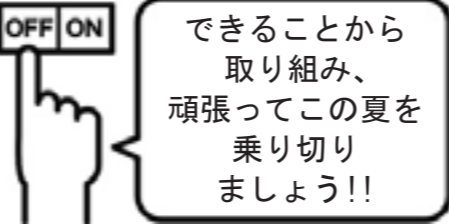
家庭の節電対策メニュー

	削減率	削減消費電力
《エアコン》		
①室温28℃を心掛ける ※設定温度を2℃上げた場合	10%	130W
②“すだれ”や“よしず”などで窓からの日差しを和らげる	10%	120W
③無理のない範囲でエアコンを消して、扇風機を使う	50%	600W
《冷蔵庫》		
④冷蔵庫の設定を「強」から「中」に変え、扉を開ける時間をできるだけ減らし、食品を詰め込まない	2%	25w
《照明》		
⑤日中は照明を消して、夜間も照明をできるだけ減らす	5%	60W
《テレビ》		
⑥省エネモードに設定するとともに画面の輝度を下げ、必要な時以外は消す ※省エネモードで使用時間を2/3にした場合	2%	25W
《温水洗浄便座(暖房便座)》		
⑦便座保温・温水のオフ機能、タイマー節電機能があれば、これらを利用する	1%	5W
⑧上記の機能がなければコンセントからプラグを抜く		
《ジャー炊飯器》		
⑨今朝にタイマー機能で1日分まとめて炊き、冷蔵庫に保存する	2%	25W
《待機電力》		
⑩リモコンの電源ではなく、本体の主電源を切り、長時間使わない機器はコンセントからプラグを抜く	2%	25W

外出している時にも、④⑦⑧⑩の対策に取り組み、削減率の合計が15%を超えるように節電しましょう。

※節電効果の記載値は、在宅世帯の日中の平均的消費電力(午後2時:約1200W)に対する削減率と削減消費電力の目安です(資源エネルギー庁推計)。また、削減率は全て小数点以下を切り捨てています。

《その他の対策メニュー》
 エアコンフィルターを定期的(2週間に1回程度)に掃除する
 冷蔵庫内にビニールカーテンを取り付ける
 電気ポットのお湯はガスコンロで沸かし、ポットの電源は切る
 洗濯機は、容量の80%程度を目安に、まとめ洗いを
 パソコンは、日中長時間であればノートパソコンの電源を抜いて使う
 掃除機の紙パック式は、こまめにパックを交換する



節電ダイヤル(経済産業省) ☎0570-064-443
 午前9時～午後5時まで(土・日・祝含む)

問い合わせ 消費生活センター ☎38-2034

「井戸水」を利用している皆さんへ

井戸水は見た目はきれいでも、水質検査をしてみると水道法の水道水質基準を超えた物質が検出される場合があります。

井戸水の衛生状態を確認するため、年に1回以上水質検査を実施するをお勧めします。なお、県・市では、飲用に使用する水は、安全性が確認されている水道水の利用を勧めています。

*検査項目や検査料金については、下記へ
 問い合わせ 芦屋健康福祉事務所 ☎32-0707

お知らせ

芦屋健康福祉事務所 ☎32-0707
 ●石綿健康被害救済制度
 石綿吸入により、中皮腫・肺がん・著しい呼吸機能障害を伴う石綿肺・びまん性胸膜肥厚で現在療養中のかたへ医療費、遺族へ弔慰金等を救済給付 認定申請要 *審査あり ☎& 図上記へ

●兵庫県特定不妊治療費助成事業
 上限15万円・年度2回まで(初年度に限り3回まで)通算5カ年度・10回まで 県内に住所がある法律上の夫婦で、前年の夫婦合算の所得が730万円未満のかた 指定医療機関で特定不妊治療終了後3カ月以内に上記へ

●肝炎治療費助成
 B型、C型肝炎ウイルスの除去のための、インターフェロン治療およびB型肝炎ウイルス性肝炎治療のための核酸アナログ製剤治療費の一部助成する制度です。☎& 図詳細は上記へ

●特定疾患医療受給者証更新申請
 9月30日までの有効期間の受給者証をお持ちで、10月1日以降も引き続き交付を希望されるかた ☎& 図9月30日(金)までに個別に送付する申請用紙・書類等を上記 平日・9時～16時)へ

●食の健康協力店を活用しよう!
 健康メニューの提供やカロリー表示など、食を通じた健康づくりに協力いただけるお店や、お弁当・そうざい販売店を募集します。参加店には、特典として右のステッカー・登録証を差し上げます。☎上記へ



講座・相談

芦屋病院 ☎31-2156

●助産師による「おっぱい相談室」
 毎週水曜日・14時～<要予約> 産産婦人科外来 妊婦・産後の母親 図有料(栄養指導等別) ☎& 図南病棟3階

●医療よろず相談
 毎週火曜日・10時～12時 図保健福祉センター1階 図芦屋病院看護師による医療よろず相談 図上記へ

保健センター ☎31-1586

●マタニティ&クッキング
 8月3日(水)13時30分～16時 24日(水)10時～12時30分<全2回> 図安産のために妊娠中できること・食事バランス 調理実習・妊娠中の口腔衛生と歯みがき指導 図妊娠中のかた・25人<要予約> 図 母子手帳・筆記用具・歩きやすい靴 エプロン・三角巾 費1,000円(調理実習費含む) ☎& 図上記へ

環境処理センターからのお知らせ

【店舗等の事業系のごみについて】
 店舗等のごみは、大小・多少を問わず、家庭ごみステーションに出すことができません。環境処理センターに持ち込む(受入基準適合物)か、市の登録業者で適正に処理をしてください。産業廃棄物は、専門の業者による処理が必要です。
 【マイバックでお買い物】
 資源保護と環境への負荷の軽減・ごみの減量化を促進するため、行政・事業者・消費者が一体となったレジ袋の削減を推進しています。マイバックでの買い物に、ご協力ください。

問い合わせ
 環境処理センター施設担当 ☎32-5391

7月(後半)

健康カレンダー

※料金の明記がないものは無料
 ※対象の明記のない場合は、芦屋市民対象
 ※各がん検診(前立腺がんを除く)は70歳以上免除<要印図>

事業名	日時<会場>	対象・費用・その他	問い合わせ	
子育て関係				
母子健康手帳	月～金曜日・9時～17時30分	医療機関で妊娠と認められたかた	保健センター	
こんにちは赤ちゃん(新生児)訪問事業	随時	生後4カ月までの赤ちゃんの身体計測・育児相談		
4カ月児健康診査	26日(火)13時～13時45分	平成23年3月16日～31日生まれ		
1歳6カ月児健康診査	28日(木)13時～14時	平成22年1月16日～31日生まれ		
3歳児健康診査	21日(木)13時～14時	平成20年6月16日～30日生まれ		
アレルギーの離乳食相談	8月1日(月)9時30分～11時	食物アレルギー・アトピー性皮膚炎の離乳食【要予約】	保健センター	
歯の無料相談・健診	20日(水)13時～14時45分<歯科センター>	子どもの歯の無料健診・相談		
検診・健診・相談				
乳がん検診・集団(マンモグラフィ併用)	8月1日(月)午前中	40歳以上/マンモグラフィ・視触診2,000円) *2年に1回/豊胸術・ペースメーカー装着のかたや、妊娠中・授乳中のかたは不可【要予約】		保健センター
乳がん検診(問診・視触診)	随時	30歳～39歳の女性/視触診/2年に1回(400円)		
子宮(頸部)がん検診	診療時間内・午前中<医療機関>	20歳以上/子宮頸部細胞診/2年に1回(1,000円)		
胃がん検診	21日(木)・26日(火)・28日(木)9時15分～10時30分	35歳以上/血線者に胃がんのかたがいれば30歳以上/胃X線直接撮影/年1回(2,500円)【要予約】		
大腸がん検診	毎週火曜日の午前中に提出	40歳以上/便潜血反応検査(2日法)/年1回(800円)		
肺がん検診	27日(水)13時～13時30分	40歳以上・特定健康診査や長寿医療健診で受診できないかた/かく痰検査(希望者900円)年1回【要予約】	保健センター	
アスベスト検診	27日(水)13時～13時30分	検診カードをお持ちのかた<年1回必須>・希望者/問診・胸部レントゲン【要予約】		
健康チェック	10月分以降の予約受け付け中	市内在住在勤の30歳以上/3時間人間ドック(9,000円)【受診1週間前までに要予約】		
特定健康診査(集団)	29日(金)8月1日(月)午前中	40歳～64歳までの、国民健康保険加入者・受診券のあるかた) *社会保険加入のかたは、要問い合わせ		
歯の無料相談・健診	20日(水)13時～14時45分<歯科センター>	成人対象/40歳以上のかたのみ歯周病疾患検診等		
健康相談	22日(金)午前	成人対象/医師による相談【要予約】	芦屋健康福祉事務所	
栄養相談	19日(火)9時30分～11時	小児から高齢者まで/生活習慣病など【要予約】		
保健相談	26日(火)午前	保健師による特定健康診査結果相談【要予約】		
事業所健診	随時(事業所単位)	市内在勤者/労働安全衛生に基づく健康診査【要予約】		
げんき度健診	23日(土)10時～12時/13時～15時	20歳以上の市内在住・在勤30人/持久力など健康増進プログラムによる体力測定【要予約】		
検便(赤痢菌等)	毎週月曜日・火曜日(祝日除く)	1検体につき480円	芦屋健康福祉事務所	
水質検査(水道水一般9項目)	9時～12時	1検体につき5,000円		
水質検査(特殊項目)	随時(土・日・祝日除く)	項目で異なる *必要に応じて実施【要予約】		
高齢のかた・介護の必要なかた等				
在宅たきり予防訪問指導	随時	在宅で40歳以上の療養者	保健センター	
在宅たきり者歯科訪問診療	随時	在宅で寝たきりのかた	歯科医師会(☎23-6471)	

子どもの熱中症を予防しましょう!

- 乳幼児を暑い場所に放置しない
- 炎天下で行動する場合には、帽子をかぶらせる
- 気温35℃以上での運動は避ける
- 時々涼しい場所で休憩させ、十分に水分を摂らせる

などに気をつけましょう!



小児科医長 森田拓

子どもに熱中症が疑われた場合は、すぐに涼しい場所に移動し、安静にさせ意識がはっきりしているなら塩分を含んだ水分(スポーツ飲料など)を摂らせてください。体温が高い場合や様子がおかしい場合には、点滴などの治療が必要ですので、すぐに医療機関に連れて行きましょう。そして一番大切なことは、子どもたちが熱中症にならないように予防を心掛けることです。梅雨が来て子どもたちが、安心して夏休みが始まります。炎天下で遊ぶ時には、お父さんお母さん、お兄さんお姉さん、おじいちゃんおばあちゃん、お友達と一緒に、お出かけしましょう。

芦屋病院 熱中症について

問い合わせ 芦屋病院 ☎2156