

●凡例…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

◆日曜納税相談のお知らせ  
9月25日(日)9時～17時 納税相談・納税 区&区北館地下1階・警備室で手続き後に右記へ 回収課課 338-2014)

◆公証人役場・法務局無料相談所  
10月1日(土)10時～16時 区COCOEあまがさき「れんがの広場」 区遺言・相続、登記、境界線問題、供託相談、人権、戸籍・国籍に関する相談 区神戸方法務局西宮支店 0798-26-1302)

◆第2回消防設備士試験  
試験日:11月20日(日) 区立大学姫路書写キャンパス 区甲種(甲種特類除く)乙種全類 区郵送(持参)9月20日～30日までに試験センター(願書に記載あり)へ/電子申請)9月17日～27日 区消防本部予防課 338-2098)

## 催し

◆海浜公園プール祝日特別プログラム  
9月19日(月)23日(金) 区 水中ウォーキング4時30分～ アクアピクス15時15分～ 区要入場料 区&区海浜公園プール 332-8861)

◆エントランスコンサート  
9月25日(日)13時30分～15時30分 区保健福祉センターエントランスホール 区懐かし映画音楽・ポップス等 区中谷樓 区&区福祉センター(331-0612)

◆就職面接会  
9月27日(火)12時～15時 28日(水)12時30分～15時30分 区 尼崎市都ホテルニューアルカイック) 区崎市中小企業センター 区 2011阪神地域障がい者就職面接会 平成23年度阪神地域大卒者等就職面接会 平成24年3月大学等卒業予定者・21年3月以降卒業者 区履歴書・障害者手帳を持参し直接会場へ 履歴書を持参し直接会場へ 区ハローワーク西宮(西宮公共職業安定所) 0798-75-6715 0798-75-6714

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

## あい・あいる一む 開催しています

主任児童委員と民生委員・児童委員が、親子で集える場所をオープンしています。各一むでは、芦屋病院から助産師が出席して、ご相談をお受けします。  
■日程 第1水曜日・打出教育文化センター/第2水曜日・図書館/第3水曜日・ウィザスあしや/第4水曜日・朝日ヶ丘集会所 ■開設時間 午前10時～11時30分 ■対象 乳幼児と保護者 実施日が祝日の場合は、開設していません。

問い合わせ こども課 331-0637

## 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 9月15日(木)  
■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、市民税・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  
【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等は、翌日以降の本庁開庁日に発行します。  
なお、住基システム作業のため、10月1日(土)2日(日)の住基カード交付はできません。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 331-3130

## 「下水」の水質検査結果

試験項目	試験日	平成23年7月21日	平成23年8月3日	活性汚泥法処理による基準				
水温	曇り	28.7℃	32.2℃					
水質	濁り	28.0	27.3					
流入水	処理水	流入水	処理水					
P	H	7.4	6.7	7.4	6.6	5.8～8.6		
S	S	1.39	1	74	1	70以下		
B	O	D	(mg/ℓ)	134	2.3	84	1.3	20以下
大腸菌群数(個/ml)	131,000	2	71,000	0	3,000以下			
備考	前日雨	前日晴	前日晴	前日晴				

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。

## ウォーク&バスツアー

■日時 10月29日(土)午前8時15分(体育館・青少年センター前集合) ■行き先 滋賀県湖北方面(マキノビックランド/江・浅井三姉妹博物館見学等) ■定員 先着150人<要予約> ■参加費 一般4,000円(会員・学生3,500円) ■申し込み 申込用紙またははがきにて、氏名・住所・電話番号(ファクス)番号を記入し、10月21日(金)までに下記へ  
問い合わせ 体育館・青少年センター 22-7910/区22-1633 (〒659-0072 川西町15-3)

## 芦屋病院・がんフォーラム2011

芦屋病院主催の「がんフォーラム」も回を重ねて三年目を迎えました。本年度的「がんフォーラム2011」は、テーマを肺がんにし、呼吸器がんをテーマに、これまで以上に、がんの診断と治療としました。肺がんは今回テーマに取り上げた肺がんは、数あるがんの中でも死亡率で言えばトップであり、喫煙との因果関係がはっきりしています。たばこの最大の健康被害である肺がんの予防は、禁煙に優るものはありません。そこで本フォーラムの幕開けは、禁煙に成功した当院職員たちの経験談を語ってもらうことにしました。また、今も有効な肺がん検診法である胸部CT検査について、X線被曝の少ない低線量CT検診を中心に放射線科専門医が解説を加えます。早期発見早期治療は、肺がんにおいても重要であることは言うまでもありません。肺がんが発見されても悲観することはありません。外科的治療、それとも手術が可能な内視鏡的治療(手術が可能な内視鏡的治療)としては、抗がん剤を使用する化学療法的抗がん剤使用が分子標的薬が主体となります。

煙に優るものはありません。そこで本フォーラムの幕開けは、禁煙に成功した当院職員たちの経験談を語ってもらうことにしました。また、今も有効な肺がん検診法である胸部CT検査について、X線被曝の少ない低線量CT検診を中心に放射線科専門医が解説を加えます。早期発見早期治療は、肺がんにおいても重要であることは言うまでもありません。肺がんが発見されても悲観することはありません。外科的治療、それとも手術が可能な内視鏡的治療(手術が可能な内視鏡的治療)としては、抗がん剤を使用する化学療法的抗がん剤使用が分子標的薬が主体となります。

がんフォーラム2011  
■日時 10月1日(土)午後1時30分～4時 ■会場 ルナ・ホール ■内容 ここまでできます!肺がんの診断と治療 ■定員 600人 ■申し込み 直接会場へ

## スズメバチにご注意!

スズメバチやミツバチ等集団生活するハチは、黒くて動くものに対しては防護本能で攻撃する性質があり、9月～10月の営巣時にかけて巣の近くを集団で通行すると攻撃してくることがあります。

《スズメバチに襲われないポイント》  
①野山をハイキングするとき、黒いものを攻撃することが多いので、長袖の白い服・帽子・手袋などで防護する。  
②香水や整髪料のにおいも敏感に反応するので注意する。  
③巣を刺激しない。  
④ハチを振り払わない。  
⑤姿勢を低くする。  
⑥室内や車内にハチが入った場合、窓を開けて出て行くのを待つ。明るく方向性がある方向に向う性質がありますので、そっとおけば、出て行きます。たいたいり、追い掛けないようにしてください。

## お米を使った料理で健康イキキ

～あなたの作った味噌汁の「塩分チェック」もします～  
■日時 9月28日(水)午前10時～午後2時  
■会場 市民センター料理室  
■内容 黒豆ご飯・鮭のサクサク焼きほか3品  
■対象 市内在住のかた先着25人  
■講師 管理栄養士・松原絳紗子氏  
■参加費 500円  
■持ち物 エプロン・三角巾・筆記具・味噌汁100cc持参  
問い合わせ 消費者協会 338-2179 (経済課内)

## お知らせ

芦屋健康福祉事務所 332-0707  
●全国結核予防週間(9月24日～30日) 結核は過去の病気ではありません。早期発見のため、1年に1回は胸部レントゲン検診を受けましょう。また、せきやたんの風邪症状が2週間以上続く時は医療機関を受診しましょう 区上記へ

●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所持し、10月1日以降も引き続き交付を希望されるかた 区&区9月30日(金)までに申請用紙・書類を上記へ

●石綿健康被害救済制度  
区石綿吸入により、中皮肺・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の医療費、遺族への弔慰金等の救済給付(認定申請や審査が必要) 弔慰金等の請求期限が延長されました 区&区上記へ

●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 区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 区指定医療機関での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。 区&区詳細は上記へ

●食の健康協力店を募集  
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ご協力いただける方、飲食店や弁当・惣菜販売店です。このステッカーが目印! 区上記へ

## 講座・相談

●助産師による「おっぱい相談室」  
区毎週木曜日・14時～<要予約> 区産婦人科外来 区妊婦・産後の母親 区有料(栄養指導等別) 区&区南橋棟3階

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

## 保健センター 331-1586

●マタニティ&クッキング  
区10月 5日(水)13時～16時 19日(水)10時～13時<全2回> 区 安産のために妊娠中できること・妊娠中の食事バランス 調理実習・妊娠中の口腔衛生と歯みがき指導 区妊婦中のかた・25人<要予約> 区 母子手帳・筆記用具・歩きやすい靴 エプロン・三角巾 区1,000円(調理実習費含む) 区&区&区上記へ

## 9月(後半・随時中心) 健康カレンダー

■芦屋病院 331-2156/区22-8822 (朝日ヶ丘町39-1)  
■保健センター(保健福祉センター3階) 331-1586/区31-1018 (呉川町14-9)  
■芦屋健康福祉事務所(芦屋保健所) 332-0707/区38-1340 (公光町1-23)

事業名	日時<会場>	対象・費用・その他	問い合わせ
<b>子育て関係</b>			
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	
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	保健センター
4カ月児健康診査	27日(火)13時～13時45分	平成23年5月16日～31日生まれ	
1歳6カ月児健康診査	22日(木)13時～14時	平成22年3月11日～31日生まれ	
3歳児健康診査	15日(木)13時～14時	平成20年8月16日～31日生まれ	
歯の無料相談・健診	21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	
<b>検診・健診・相談</b>			
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	20日・27日(火)9時15分～10時30分	35歳以上(血縁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(火)11時～11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】	
アスベスト検診	27日(火)11時～11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】	保健センター
健康チェック	12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(木)午後<大原集会所>	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、要問合せ	
歯の無料相談・健診	21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疾患検診等) 【要予約】	
健康相談	30日(金)午前	成人対象/医師による相談) 【要予約】	
栄養相談	20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	27日(火)午前	保健師による特定健康診査結果相談) 【要予約】	
げんき度健診	30日(金)午前	市内在住在勤の20歳以上/体力測定/定員30人) 【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】	
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】	
<b>高齢のかた・介護の必要なかた等</b>			
在宅寝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
在宅寝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(332-6471)

## アレルギー教室

■日時 10月12日(水)午後1時30分～3時30分 10月19日(水)午後1時30分～3時30分 ■会場 保健福祉センター会議室 ■内容 講演「小児ぜんそくはどんな病気?」-ぜんそくの予防と治療について- 講演と実習「日常生活の環境整備について」ダニの検査ができます ■定員 各30人<予約制> ■託児 1歳以上・先着10人 ■申し込み 下記へ

## GOODバランスアップ教室

■日時 10月26日(水)午後1時～3時 27日(木)午後10時～正午 ■会場 保健福祉センター会議室 調理実習室 ■内容 生活習慣病予防のバランスのよい食事・賢く選ぶ嗜好品・酒・菓子 講話・グループワーク 調理実習 ■対象 40歳以上・25人<要予約> ■費用 600円(調理実習) ■申し込み 下記へ

保健センター 331-1586

## 詩と演劇と音楽を楽しもう

■日時 10月15日(土)午後1時30分～3時 ■会場 市民センター音楽室 ■内容 演劇「あかてぬぐいの奥さんと6人の仲間たち」 詩集「シップウドトウ」を刊行して みんなで楽しく歌いましょう ■定員 先着100人<要予約> ■出演&講師 あしやY.O演劇グループ 詩人・加代敬氏 ソプラノ・藤島章子氏 ■参加費 300円(東日本大地震の義援金として) ■申し込み はがきかファクスに事業名・住所・氏名・電話番号・参加人数(1人または2人)を記入し、10月7日(金)までに下記へ  
問い合わせ 公民館 35-0700/区31-4998 (〒659-0068 業平町8-24)



藤島 章子氏

## こども医療助成について

10月1日から、小学校4年生～6年生の外来医療費の自己負担額の一部を助成  
■内容&対象 従来の入院分に加え、10月1日(土)から小学校4年生～小学校6年生までの外来分にも範囲を拡充 ■助成額 外来医療費自己負担額の3分の1(自己負担額が3割(2割)) ■所得制限 保護者などの市(区)町村民税所得割額が23万5千円未満(0歳児は所得制限なし) ■交付申請 該当するこどもの健康保険証・印鑑認め印可)・1月2日以降に転入されたかたは平成22年分の所得証明書を下記へ持参 すでに提出したかたには、所得確認の上、9月末までに受給者証を送付  
【制度の概要】  
制度区分 年齢区分 1医療機関・1薬局あたりの自己負担額  
乳幼児等医療 0歳～3歳誕生日 3歳誕生日の翌月～小学校3年生まで 無料  
こども医療 小学校4年生～6年生まで 10月1日から2割負担 7月1日から 受診分 無料  
中学校1年生～3年生まで 3割負担  
保険医療助成課医療助成担当 338-2037