

健康・保健

健康インフォメーション

■がん検診・肝炎ウイルス検診無料クーポン券

対象のかたに、がん検診・肝炎ウイルス検診の無料クーポン券を6月初旬に発送しました。ぜひクーポン券をご利用ください。4月1日時点で下記の年齢のかた
【子宮頸がん検診】 20歳女性
【乳がん検診】 40歳女性
【大腸がん検診】 40歳
【肝炎ウイルス検診】 肝炎ウイルス検診未受診の40歳
 関保健センター(☎31-1586)

■芦屋健康福祉事務所からのお知らせ
 甲&関芦屋健康福祉事務所地域保健課(☎32-0707)

【指定難病医療費助成制度】
 難病の患者に対する医療費等に関する法律の規定に基づく330疾患を対象とした指定難病への医療費助成制度。医療費助成を受けるには、申請の上、認定を受ける必要あり。

【小児慢性特定疾病医療費助成制度】
 「児童福祉法」の規定に基づく722疾病を対象とした医療費助成制度を実施。医療費助成を受けるには、申請の上、認定を受ける必要あり。

【各種衛生検査】
 毎週月・火(祝日除く)午前9時～11時45分
 ①検便(赤痢菌等)②水質検査(一般9項目)③水質検査(特殊項目)
 ④1検体480円⑤1検体5,100円⑥項目で異なる(要予約)

【石綿健康被害救済制度】
 石綿を吸入することによる中皮腫や肺がん、著しい呼吸機能障害を伴う石綿肺、著しい呼吸機能障害を伴うびまん性胸膜肥厚の健康被害を受けられたかたおよびそのご遺族等、労災補償等の対象とならないかたに対し、医療費や弔慰金等の救済給付が支給制度。救済給付を受けるには、申請の上、決定を受ける必要あり。

【兵庫県特定不妊治療費助成事業】
 特定不妊治療(体外受精・顕微授精)を受けた夫婦に対し、治療費を助成。男性不妊治療の助成を拡大。※採卵から胚移植までの一連の治療の場合、初回を除き兵庫県独自の助成あり。次の①～③に該当するかた①県内に住所を有する法律上の婚姻をしている夫婦②指定医療機関で特定不妊治療を受けられ、夫婦合算した前年の所得額が730万円未満③治療開始時の妻の年齢が43歳未満

【肝炎治療費助成】
 B型・C型慢性肝炎の早期治療を促進し肝硬変や肝がんへの進行を未然に防ぐ観点から、高額である肝炎インターフェロン治療、インターフェロンフリー治療および核酸アナログ製剤治療にかかる医療費を一部助成。

【芦屋在宅栄養士会会員募集】
 市内在住で栄養士免許をお持ちのかた、一緒に地域活動を楽しませんか?毎月第2水曜に例会をしています。
 関芦屋健康福祉事務所地域保健課栄養士(☎32-0707)

健康講座・教室・相談

■コレステロール改善教室・糖尿病・高血圧予防教室

7月14日～11月11日(全15回/相談3回・血液検査(木)3回・運動(金)10回)※7月14日(金)は説明会のため必須。その他日程変更等要相談。服薬中・治療中でない40歳～64歳の市民のかたで、過去1年間の健診結果等の数値が①～③のいずれかに該当するかた・先着10人(要予約)①脂質:LDL120mg/dl以上140mg/dl未満②血糖:HbA1c5.6%以上6.5%未満③血圧:収縮期血圧130mmHg以上140mmHg未満かつ拡張期血圧85mmHg以上90mmHg未満 甲6月15日～7月7日までに右記へ 所&関保健センター(☎31-1586)

■助産師による「おっぱい相談室」
 毎週木曜日・午後2時～(1人約30分) 所産婦人科外来 乳房マッサージ(個別相談含む) 妊婦・産後の母親 費2,500円 関芦屋病院3階東棟(☎31-2156・午後1時～4時)

■和風園の催し
 所&関和風園(☎23-0485)
【いきいき健康体操教室】
 7月7日・21日(金)午前10時30分～11時30分 全身体操・リハビリ運動・ヨガ体操 65歳以上・各15人程度 費100円 費お茶・タオル・上靴
【高齢者栄養改善教室】
 7月27日(木)午前10時～11時30分 家庭でできる簡単調理・栄養指導 65歳以上・10人程度 費300円 箸エプロン・三角巾

■芦屋市スポーツリーダー等研修会
 7月1日(土)午後1時30分～4時30分 所体育館・青少年センター 応急処置の基礎知識・AED(除細動器)の使い方・心肺蘇生の流れなど 15人 消防救急救命士 甲6月28日(水)までに電話で下記へ 関スポーツ推進課(☎22-7910/FAX22-1633)

■市民向けラジオ体操講習会
 7月9日(日)①午前10時30分～正午②午後1時30分～3時 所体育館・青少年センター 内ラジオ体操第1、2の実技指導等 各30人 甲7月5日(水)までに電話で下記へ 関スポーツ推進課(☎22-7910/FAX22-1633)

■ハートフル福祉公社介護教室
 ①7月19日(水)②24日(月)・午後1時30分～3時 所①市民センター②保健福祉センター 内心も体もリラックス～いすに座ってできるヨガ～ 師 天生由記子氏 30人(要予約) 甲&関ハートフル福祉公社(☎38-3122/FAX38-3066)



6月の保健センターだより(予防・健康づくり)

～妊娠・子育ては1日号でご確認ください～

事業名	日時・会場	対象・その他
肺がん検診(65歳以上は結核検診含む)	7月12日(水) 午後1時～1時30分	40歳以上/年1回(無料)胸部直接撮影【要予約】必要かたはかく痰検査(900円)
胃がん検診	7月以降の予約受け付け中	35歳以上(血縁者に胃がんのかたがいれば30歳以上)年1回(2,500円)胃部X線直接撮影【要予約】
大腸がん検診	随時受付(毎週火曜日の午前中に提出)	40歳以上/年1回(800円)便潜血反応検査(2日法)
前立腺がん検診	7月6日(木) 午前10時30分～11時	50歳以上男性/P S A検査(1,000円)【要予約】
個別 乳がん検診(マンモグラフィ併用)	[芦屋病院]☎31-2156 毎週月～金曜日の午前中 [まさい乳腺クリニック]☎22-2800 (診療時間内)	40歳以上女性/2年に1回(2,000円)マンモグラフィ・視触診 ※豊胸術・ペースメーカー装着・妊娠中・授乳中のかたは不可【要予約】
集団 乳がん検診(マンモグラフィ併用)	6月20日(火)30日(金) 7月2日(日)・午前検診車(保健センター)	
子宮頸がん検診	随時(医療機関で診療時間の午前中)	20歳以上女性/2年に1回(1,000円)頸部細胞診【予約が必要な医院があります】
アスベスト検診	21日(水) 午後1時～1時30分	アスベストによる健康不安のあるかた/年1回/問診・胸部レントゲン【要予約】
肝炎ウイルス検診	7月6日(木) 午前10時30分～11時	肝炎ウイルス検査を受けたことがない40歳以上(1,000円)【要予約】
骨粗しょう症検診	16日(金)・7月18日(火) 午前9時30分～10時	20歳以上・超音波法(1,000円)【要予約】
健康チェック	7月以降の予約受け付け中	市内在住・在勤30歳以上(9,000円)3時間人間ドック【受診日の1週間前までに要予約】
歯の無料健診・相談	21日・7月19日(水) 午後1時～2時45分(歯科センター)	成人対象(40歳以上には歯周疾患健診あり)
げんき度健診	7月22日(土) ①午前10時～午後0時15分 ②午後2時～4時15分	市内在住・在勤20歳以上/体力測定【要予約】
特定健康診査(集団)	30日(金・レディースデー) 7月2日(日)・21日(金)・25日(火)午前	40歳以上の国民健康保険加入者(受診券のあるかた) ※社会保険加入者は、お問い合わせください ※予約は健診日の11日前です【要予約】
後期高齢者医療健康診査	市内実施医療機関 診療時間内	75歳以上の後期高齢者医療制度加入者【要予約】
事業所健診	随時(事業所単位で申し込み)	市内在勤者【要予約】
健康相談	30日(金)午前 7月6日(木)午後	成人/医師による相談【要予約】
栄養相談	20日・7月4日・18日(火) 午前9時30分～11時	管理栄養士による生活習慣病予防等の食事相談等【要予約】
保健相談	随時	保健師による生活習慣病の予防等【要予約】

※会場の明記していないものはすべて保健センター ※料金の無いものは無料 ※対象は芦屋市民※各がん検診(前立腺がんを除く)、肝炎ウイルス検診は70歳以上(要認印)市県民税非課税世帯に属するかた(事前に保健センターに申し出が必要)は免除となります。

■申し込み・問い合わせ
 保健センター(保健福祉センター3階) ☎31-1586/FAX31-1018(呉川町14-9)

■芦屋病院公開講座

■日時 7月1日(土) 午後2時～3時30分 ■会場 市民センター401室 ■内容 出張!糖尿病教室 ■講師 芦屋病院 糖尿病・内分泌内科 紺屋浩之 医師 ■受講料 200円 ■申し込み 直接会場へ



紺屋浩之 医師

問い合わせ 公民館 ☎35-0700

ご入居者の「安心」「安全」「快適」な暮らしを充実の体制でサポートします。

介護付有料老人ホーム **エレガノ甲南**

■ホーム見学会開催

要予約	見学会日程	時間	参加費	送迎
6/19(日)	25(日)	19①11:00～14:00 昼食付 お一人様1,000円(税込)	JR摂津山本駅まで	
	25(日)	②10:00～12:00 昼食なし	なし	

詳しくは 0120-65-8208 受付時間 9:00～17:00

【神戸市有料老人ホーム設置運営指針による表示事項】●類型/介護付有料老人ホーム(一般型特定施設入居者生活介護)●居住の権利形態/利用方式●利用料の支払方法(一部前払い一部月払い方式(一般居室)・選択方式(介護居室))●入居時の要件/入居時自立・要支援・要介護●介護保険/兵庫県指定介護保険特定施設、兵庫県指定介護付特定施設●介護居室区分/全居室●介護にかかわる職員体制/1.5:1以上、夜間(17:00～9:30)の介護職員8名・看護職員2名※夜間休憩時、介護職員4名、看護職員1名、になる時間帯があります※緊急時等には対応いたします。【施設概要】●交通/阪急神戸線「岡本」駅より徒歩15分(約1,180m)・JR神戸線「摂津山本」駅より徒歩12分(約930m) 阪神本線「青木」駅より徒歩9分(約700m) ●構造/規模/鉄筋コンクリート造一部鉄骨造地上14階建(ケアセンター棟地上6階) ●総居室数/一般居室105戸・介護居室101室 ●土地建物の権利形態/土地は普通借地(平成16年契約、所有者は神鋼不動産(株))、建物は自社所有

神鋼ケアライフ株式会社

シニアライフ トータルサポート講座

iPadで楽しく学ぼう! 夏休みKidsプログラミングスクール

想いを伝える エンディングノートと 遺言書の作り方

相続診断士が作成のポイントを分かりやすく解説します

●7月8日(土) 10:00～11:30
 ●受講料:500円 (要電話申込・当日支払)

文科省では未来のIT人材に向け、2020年から小学校(全学年)でITプログラム教育が実施されます。IT才能を早い時期から育てるアニメ、ゲーム作りのプログラミングをiPadで楽しく学びませんか。低学年もわかりやすく学べます。(文科省プログラミング教材使用)
 ◆対象:小学生(低学年もOK) ◆定員:各コース5名
 ◆開催日時:Aコース=7/26・28 10:00～12:00 Bコース=7/26・28 13:30～15:30
 ◆場所:はつらつ館 ◆申込:電話(先着順) **無料**

シルバー人材センターは30周年を迎えました! 感謝 きずな 飛躍 ～地域と共に～

公益社団法人芦屋市シルバー人材センター「はつらつ館」芦屋市宮塚町2-2
 TEL32-1414 FAX31-9223 http://www.sjc.ne.jp/ashiya