

健康・保健

健康インフォメーション

■芦屋健康福祉事務所からのお知らせ
 ☎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。医療費助成の支給を受けるには、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。医療費助成の支給を受けるためには、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) ☑①1検体につき480円②1検体につき5,100円③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で、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制度。救済給付を受けるには、申請のうえ、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を実施。 ☑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。

芦屋病院 コラム

自分の足で歩き続けるために必要な2つのこと

高齢になっても自分の足で歩き続けたい、寝たきりにはなりたくない。みなさんそう思っておられることでしょうか。では、そのために何が必要でしょうか？

「筋力トレーニングですね！」半分正解です。「サプリメントで栄養を補給することですか？」あながち間違いではありませんが、少し違います。いくら筋力をつけても、土台がなければ意味がありません。また、栄養補給だけで土台がでるわけでもありません。歩くための土台とは何でしょうか？

1 つめは背骨です。背骨がまっすぐバランスよく起立している

からこそ二足歩行が可能なのです。もし、背骨が大きく曲がっていたら、いくら筋肉が強くても体を支えることはできません。2 つめはひざの関節です。まっすぐに体幹を支えているのが両脚ですが、両脚の関節のなかでもいちばん繊細で壊れやすいのがひざ関節なのです。背骨が曲がるいちばんの原因は、背骨がもろくなる「骨粗しょう症」です。また、ひざの軟骨がすりへり、関節が徐々に壊れていくことを「変形性ひざ関節症」といいます。どちらの疾患にも「初期症状がほとんどない」「早く治療するほど効果が高い」という同じ特徴があります。

問い合わせ
 芦屋病院 ☎31・2156

自分の足で歩き続けるために必要な2つのことは、①「骨粗しょう症にならない、なっても早めに治療する」②「ひざが痛くなったら早めに病院に行き診てもらおう」ということです。芦屋病院では、市民のみならず、将来寝たきりにならないように、「骨粗しょう症」と「変形性ひざ関節症」の治療に力を入れていきます。MRIや骨密度測定装置という専用の検査装置で、いずれも早期に診断ができます。症状のあるかたや心配のあるかたは早めに受診してください。

整形外科部長・名和 巖



7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)	8月9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】必要なかたはかく痰検査(900円)
胃がん検診	8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	8月3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)	25日(火)28日(金) 8月7日(月)・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	26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	8月3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	18日・8月8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	8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】
歯の無料検診・相談	19日・8月16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	22日(土) ①午前10時～午後0時15分 ②午後1時30分～3時45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)	8月24日(木)・25日(金)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	28日(金)午前 8月3日(木)午後	成人/医師による相談【要予約】
栄養相談	18日・8月1日・22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【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/☎31-1018(呉川町14-9)

助産師による「おっぱい相談室」

■日時 毎週木曜日・午後2時～(1人約30分) ■会場 産婦人科外来
 ■内容 乳房マッサージ(個別相談含む) ■対象 妊婦・産後の母親
 ■費用 2,500円

問い合わせ 芦屋病院3階東病棟 ☎31-2156・午後1時～4時

【設立30周年】感謝 きずな 飛躍 ～地域と共に～ 広告

★夏休み★子ども将棋教室★ (3回シリーズ)

今話題の将棋を習ってみませんか!当センターの会員がご指導します!

7/25(火)	・将棋の歴史・ルール・簡単詰将棋
8/1(火)	・勝敗の付け方・対局
8/8(火)	・対局試合

参加費無料!
 保護者の見学大歓迎!

●対象:小学生 ●10:00～12:00(9:45受付)(経験者は2日目からの参加可)
 ●定員:各日10名 ●申込:事務局にお電話下さい

夏限定!ゆかた教室 ～花火&祭りには、ゆかた姿で～

ゆかたの着付けと帯の結び方(基本からアレンジまで)

●日時:7/27・8/10・8/24(木) 10～12時・13～15時
 ●料金:1回2時間1,500円(当日支払) ●受付:事前電話

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

夏・秋の特別講演と後期新講座 開催決定! 広告

夏の特別講演 「親子でかけっこ必勝法ーダイナミックな走り運動会のヒーローにー」
 オリンピックメダリスト朝原宣治講師と本学コーチ上坂麻世が、かけっこ必勝法を伝授します!親子でご参加ください。(小1～小3対象) 朝原宣治(大阪ガス)・上坂麻世(武庫川女子大学) 他

秋の特別講演 「西宮市の未来を考えるー文教住宅都市・西宮の歴史と政策経営のありべきすがた」
 今村岳司 西宮市長

●人間心理の不思議を科学する 安藤明人(武庫川女子大学教授)
 ●きものがたり～近現代のきものを語る～ 横川公子(武庫川女子大学名誉教授)

そのほか多彩な全34講座をご用意 どなたでもご参加いただけます 詳しくはH.P.や無料の資料請求を!

武庫川女子大学オープンカレッジ TEL.0798-67-1450
 (月～金 9:30～17:30)
 *電話受付のみ 7/28～9/10を除く
 〒663-8121 西宮市戸崎町1-13 URL mukogawa-univ.jp/opencoll FAX.0798-67-1899