

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  
所&園芦屋健康福祉事務所地域保健課 (☎32-0707)

【12月1日は世界エイズデー】  
HIVに感染しても適切な医療を受けることで、発症を遅らせ、日常生活も可能になりました。不安をお持ちの方は、積極的に検査(匿名・無料)を受けましょう！HIVへ感染した人への偏見や差別をなくし、正しい知識を持ち、共に生きる社会を築きましょう！  
【HIV・肝炎・梅毒検査】

☎12月1日・15日(金)午後1時30分～2時  
匿名検査※市外の人も可(要予約)

【アルコール依存症の家族会(のぞみ会)】  
☎12月8日(金)午前10時～正午  
アルコール問題で悩んでいる家族※市外の人も可

【①こころのケア・アルコール問題相談  
②専門栄養相談】

☎12月12日(火)午後1時～2時30分  
②26日(火)午前10時～正午  
①こころの病気(専門医)・アルコール問題  
②難病・障がいのある人等(要予約)

■芦屋病院からのお知らせ

園芦屋病院(☎31-2156)

【市民ギャラリー】

☎12月1日～30日 所管理棟4階  
ギャラリースペース 園パブリックの季節  
園総務課

【糖尿病教室】

☎12月8日(金)午後1時30分～3時  
所病棟2階講堂 園シックディのケア・  
食事、糖尿病の検査 園看護師、管理栄養士、  
臨床検査技師 園栄養管理室

【両親学級】

☎12月9日(土)午前10時～正午 所3階  
東病棟 園お産の経過・赤ちゃんのお風呂(実習あり)  
園妊婦2週以降の妊婦とパートナー(5組10人)(要予約)  
園3階東病棟(午後1時～4時)

【講堂コンサート】

☎12月17日(日)午後2時30分～ 所病棟  
2階講堂 園小川典子(歌)、宗本舞(フルート)、  
田中奈津紀(ピアノ) 園総務課

【マチネコンサート】

☎12月23日(土)午後2時30分～ 所  
外来棟4階黄色いピアノ前 園マチネコンサート  
21周年記念クリスマスコンサート 園上木敦子(朗読)、  
八重崎渚(マリンバ)、加藤純子(歌)、  
金澤佳代子(ピアノ) 園総務課

健康講座・教室・相談

■普通救命講習

☎12月10日(日)午前9時30分～午後0時30分  
所消防庁舎 園心肺蘇生法・AED  
取り扱い・応急処置等 園市内在住、在勤、  
在学中中学生以上・20人※受講者には「修了証」  
を交付※団体での申し込みは随時受付  
園救急隊員・応急手当普及員(消防団員)  
園消防本部救急課(☎32-2345)

■がん患者グループ“ゆずりは”サロン

☎12月15日(金)午後2時～4時 所  
芦屋病院管理棟4階レストラン 園がん患者・  
家族など 園ゆずりは事務局(☎080-1476-5715・  
平日午前10時～午後3時)

■芦屋病院公開講座

☎平成30年1月6日(土)午後2時～3時30分  
所市民センター 園緩和ケアをめぐる最近の動き  
園芦屋病院緩和ケア内科 松田良信医師 園費200円  
園直接会場へ 園公民館(☎35-0700)

■身体障がい者移動相談

☎平成30年1月12日(金)午前9時～11時30分  
所川西市役所 園身体障害者手帳所持の肢体不自由の人・  
障害者総合支援法の対象疾病に該当する人  
園障害福祉課(☎38-2043)

インフルエンザや感染性胃腸炎など、冬に流行する感染症にご注意！

問い合わせ  
保健センター ☎31-1586

空気の乾燥する冬は、インフルエンザ等さまざまな感染症が流行します。感染症予防の基本は、『手洗い・うがい・規則正しい生活』です。症状がある場合は早めに医療機関を受診しましょう。

◆インフルエンザ

【症状】発熱(主に38℃以上の高熱)、頭痛、全身倦怠感、筋肉痛、関節痛、せき、鼻汁など  
【予防】手洗い、うがいなど ※インフルエンザ予防接種は、感染しても重症化させない効果があります。

◆感染性胃腸炎(ノロウイルス・ロタウイルスなど)

【症状】おう吐、下痢、発熱 ※下痢止め薬は病気の回復を遅らせることがあります。  
【予防】おう吐物やオムツの交換の際は、必ず使い捨てのビニール手袋・雑巾・ペーパータオルを使い、マスクを着用して処理しましょう。塩素系漂白剤消毒や煮沸消毒をしましょう。

※感染症予防の詳しい方法は  
ホームページをご参照ください。

芦屋市 流行疾患 検索



12月の保健センターだより(妊娠・子育て)

～予防・健康づくりは15日号でご確認ください～

| 事業名          | 日時・会場                 | 対象・その他  |   |
|--------------|-----------------------|---|---|
| 母子健康手帳の交付    | 月～金曜日<br>午前9時～午後5時30分 | 医療機関で妊娠と認められた人                                    |   |
| 健康<br>診<br>査 | 4カ月児健康診査              | ①5日②19日(火)<br>午後0時45分～1時45分                       | ①平成29年8月1日～15日生まれ<br>②平成29年8月16日～31日生まれ         |
|              | 10カ月児健康診査             | 市内実施医療機関の<br>診療時間内                                | 平成29年2月生まれ                                      |
|              | 1歳6カ月児健康診査            | 14日(木)<br>午後0時45分～1時45分                           | 平成28年5月16日～6月5日生まれ                              |
|              | 3歳児健康診査               | 7日(木)<br>午後0時45分～1時45分                            | 平成26年11月6日～30日生まれ                               |
|              | アレルギー健診               | 15日(金)午後1時～2時                                     | アレルギーが心配な乳幼児を対象に<br>専門医による健診・相談【要予約】            |
| 教<br>室       | 歯の無料健診・相談             | 20日・1月17日(水)<br>午後1時～2時45分<br>(歯科センター)            | 子どもの歯の無料健診・相談                                   |
|              | プレおや教室<br>(パパママクラス)   | 16日(土)<br>妊婦:午前9時30分～11時30分<br>産婦:午前10時30分～11時30分 | 妊娠16週以降の妊婦とパートナー<br>(講話と実習)<br>【12月1日(金)より予約開始】 |
|              | プレおや教室<br>(もぐもぐクラス)   | 1月27日(土)<br>午前9時30分～正午                            | 妊娠16週以降の妊婦とパートナー<br>(講話と実習)<br>【1月4日(木)より予約開始】  |
| 相<br>談       | もぐもぐ離乳食教室             | 25日(月)<br>午前9時45分～11時45分                          | 6～7カ月児とその保護者(講話と試食)<br>【12月1日(金)より予約開始】         |
|              | 育児相談                  | 6日・1月17日(水)<br>午前9時30分～10時30分                     | 乳児の身体測定・子育て相談等(母子健康手帳持参)                        |
|              | 妊産婦相談                 |   | 妊婦・産後1年未満の人                                     |
|              | アレルギー相談               | 11日・1月15日(月)<br>午前9時30分～11時                       | 食物アレルギーが心配な乳幼児の食事相談やスキンケアの方法等【要予約】              |
|              | おやこ栄養相談               | 5日・19日(火)<br>午前9時30分～11時                          | 妊婦・乳幼児とその保護者【要予約】                               |
| こどもの相談       | 13日(水)<br>午後1時30分～4時  | 未就学児の発達など/臨床心理士の相談【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 ※料金は無料 ※対象は芦屋市民

■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)



救急医療

12月夜間在宅輪番 ※金曜日・午後8時～11時( )内は診療科目

|     |             |          |
|-----|-------------|----------|
| 1日  | 大谷整形外科眼科(整) | ☎34-7077 |
| 8日  | さわだクリニック(内) | ☎23-7117 |
| 15日 | 藤崎整形外科(整)   | ☎38-0107 |
| 22日 | 永松クリニック(外)  | ☎32-3399 |

■金曜日  
午後11時～翌朝7時  
■金曜日以外  
午後8時～翌朝7時  
南芦屋浜病院  
☎22-4040

救急・休日診療

- 救急指定病院  
芦屋病院(内) ☎31-2156  
南芦屋浜病院(外・内) ☎22-4040  
芦屋セントマリア病院(外・内) ☎23-1771
- 神戸子ども初期急病センター(小)  
☎078-891-3999(HAT神戸内)  
月～金 午後7時30分～翌朝6時30分  
土 曜 午後2時30分～翌朝6時30分  
日 曜・祝日・年末年始  
午後8時30分～翌朝6時30分
- 休日応急診療所(内・小)  
☎21-2782(公光町5-13)  
日 曜・祝日 午前9時～午後5時
- 休日夜間急病診療所(耳・眼)  
☎06-6436-8701(尼崎市水堂町3-15-20)  
日 曜・祝日 午前9時～午後4時  
土 曜 午後6時～8時30分(耳鼻咽喉科のみ)
- 歯科センター(歯)  
☎31-0658(呉川町14-9)  
日 曜・祝日・年末年始・午前9時～11時30分

屋食付入居見学会

- H29.12.16(土) 11:30～
- 1週間前までにお電話にてお申込みください
- 10名様まで (要予約・無料)
- ※ご見学・ご相談は随時受け付けております。

演奏会(要予約)

田尻洋一Xmasピアノコンサート  
12/9(土) 13:30 開演  
15:00 アフタヌーンティー

- 定員:70名 (先着順)ご予約はお電話にてお申込み
- 料金:3,000円 ください。
- 〒659-0072 芦屋市川西町14-1 TEL 0797-34-1000
- www.chikusakai.jp ちくさかい 検索 社会福祉法人 千種会

～ Small luxury care home ～ 広告

複合型有料老人ホーム Les 芦屋  
レ・あしや  
介護付有料老人ホーム 39室  
地域密着型特別養護老人ホーム 29室  
グループホーム 18室



交通共済への加入はお済ですか?

自転車保険の加入が義務化されています

自転車のケガも補償 年齢制限なし

年額 1,000円

(交通事故での死亡共済金100万補償の場合)

加入義務化に相手の方への補償対応

も追加でご加入に  
なれます。  
例:自転車でお相手の方にケガをさせてしまった など

まずはお電話を ☎ 0120-24-9431  
西宮市民共済生活協同組合 営業時間 9:00～17:30 (土曜日は17:00まで、日・祝日休業)