

健康・保健

健康インフォメーション

■保健センターからのお知らせ

問保健センター ☎31-1586/FAX31-1018  
【3月は自殺対策強化月間です】

☎ご自身や家族、周りの人に心や体の不調があれば専門家に相談してください。心の不調の気づきのために「こころの体温計」をご利用ください。



【子ども予防接種週間 3月1日～7日】

☎必要な予防接種をすませ、病気を未然に防ぎましょう。詳細は、市ホームページをご覧ください。



■芦屋健康福祉事務所からのお知らせ

所&問芦屋健康福祉事務所地域保健課 ☎32-0707  
【アルコール依存症の家族会(のぞみ会)】  
☎3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

【H I V・肝炎・梅毒検査】  
☎3月8日・22日(金)午後1時30分～2時 ※匿名検査・市外の人も可(要予約)

【①こころのケア・アルコール問題相談 ②難病・障がいのある人等の専門栄養相談】

☎①3月12日(火)午後1時～2時30分 ②26日(火)午前10時～正午(要予約)

【パーキンソン病患者・家族交流会】  
☎3月13日(水)午前10時～正午 ☎日頃の悩みや療養上の工夫点などの情報交換

■芦屋病院からのお知らせ

所&問芦屋病院 ☎31-2156  
【市民ギャラリー】  
☎3月1日～31日 所管理棟4階 ギャラリースペース ☎クオリアート癒しの作品展 問総務課

【糖尿病教室】  
☎3月8日(金)午後1時30分～3時 所病棟2階講堂 ☎糖尿病総まとめ 問医師、看護師、薬剤師 問栄養管理室

【両親学級】  
☎3月9日(土)午前10時～正午 所3階東病棟 ☎お産の経過・赤ちゃんのお風呂(実習あり) ☎妊娠22週以降の妊婦とパートナー(5組10人)(要予約)

☎3階東病棟(午後1時～4時)

【マチネコンサート】

☎3月10日(日)午後2時30分 所外来棟4階黄色いピアノ前 ☎YUBAメソッド健康ノド体操 出弓場徹(テノール)、阿部真理子(ピアノ) 問総務課  
【芦屋病院講堂コンサート】

☎3月17日(日)午後2時30分～ 所病棟2階講堂 ☎ようこそ! ディズニー&ミュージカルの世界へ 出柏原萌、柏原雅(うた) 問総務課

健康講座・教室・相談

■めだか水泳教室の参加者募集

☎4月25日～7月25日(木曜・全13回) 午後3時10分～4時45分 所保健福祉センター水浴訓練室 入「ぜん息」・「ぜん息様気管炎」の診断があり、症状が軽度で平成25年4月2日～平成27年4月1日生まれの市民・15人 ☎3月15日(金)〈必着〉までにはがきかファクスに氏名・性別・生年月日・住所・電話番号・診断名・最近の受診日とかかりつけ病院名を記入し下記めだか水泳教室係宛へ※応募多数は抽選、結果は当選者に通知。 問保健センター ☎31-1586 FAX31-1018/〒659-0051 呉川町14-9

■障がい児機能訓練事業(水浴訓練) 5月～9月

【①ラッコ教室(集団)土曜・全10回】  
☎《A組》5月11日～・午前11時30分～午後1時《B組》11日～・午前9時30分～11時《C組》18日～・午前10時～11時30分

【②ペンギン教室(個別) 隔週火・水・金曜・全10回】

☎5月7日～・8日～・10日～・14日～・15日～/午後3時30分～・4時～・4時30分～各日時開始 所保健福祉センター水浴訓練室 入運動や水慣れ 入身体障害者手帳または療育手帳を所持している児童等(1～18歳)①ラッコ教室《A組》未就学児《B組》小学校3年生以下《C組》小学校4年生以上)各10人程度※集団訓練は要保護者同伴入水。②ペンギン教室各15人※個別訓練は要保護者同伴 費1回400円(非課税世帯は無料) ☎3月13日(水)〈必着〉で所定の申込用紙(窓口・ホームページでダウンロード可)を下記へ※申し込み多数抽選 問障害福祉課 ☎38-2043/FAX38-2160



3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(祝日を除く) 午前9時～午後5時30分	医療機関で妊娠と認められた人
健康診査	4カ月児健康診査	19日(火) 午後0時45分～1時45分 平成30年11月1日～20日生まれ
	10カ月児健康診査	市内実施医療機関の診療時間内 平成30年5月生まれ
	1歳6カ月児健康診査	14日(木) 午後0時45分～1時45分 平成29年8月26日～9月15日生まれ
	3歳児健康診査	①7日②28日(木) 午後0時45分～1時45分 ①平成28年1月21日～2月10日生まれ ②平成28年2月11日～29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専門医による健診・相談【要予約】
教室	歯の無料相談・健診	20日(水) 午後1時～2時45分 (歯科センター) 市内在住・在勤者(40歳以上には歯周病検診あり)
	プレおや教室(ババマクラス)	4月20日(土) 午前9時30分～正午 妊娠16週以降の妊婦・産婦とパートナー(講話と実習)【要予約】
	プレおや教室(もく浴クラス)	10日(日) 午前9時30分～正午 妊娠16週以降の妊婦とパートナー(講話と実習)
相談	もぐもぐ離乳食教室	25日(月) 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)【3月1日(金)より予約開始】
	育児相談	6日・4月3日(水) 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
	アレルギー栄養相談	11日・4月8日(月) 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・4月2日(火) 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) 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/FAX31-1018 (呉川町14-9)



救急医療

3月夜間当番医 ※金曜日・午後8時～11時( )内は診療科目

1日	長澤クリニック(内・消)	☎25-0075
8日	渡辺内科クリニック(内・循)	☎80-8200
15日	にしわき消化器内科・外科クリニック(内・外・消・肛)	☎38-9891
22日	上田内科(内)	☎34-1878
29日	筋師医院(内)	☎23-0627

■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(外・内) 芦屋病院 ☎31-2156 南芦屋浜病院 ☎22-4040 芦屋セントマリア病院 ☎23-1771
- 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)
- 神戸子ども初期急病センター(小) ☎078-891-3999(H A T 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
- 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

福祉センター水浴訓練室 開放スケジュール(31年度上半期)

問い合わせ 福祉センター水浴訓練室 ☎31-0609

- ◆障がい者 火曜日 午後1時30分～3時 (コースロープあり) 水曜日(第4週を除く) 午前9時15分～10時30分 (コースロープなし) 土曜日 午後3時45分～5時 (コースロープあり)
- ◆障がい児 土曜日(隔週) 午後0時30分～1時30分
- ◆ぜんそく児 土曜日 午後2時～3時
- ◆高齢者 水・木・金曜日・午後1時15分～2時30分 (金曜日は隔週) 【水中歩行のみ】火・水・木・金曜日・午前11時15分～午後0時45分

◆ご利用には登録と予約が必要です。(受け付けは火～土曜日)

4階サロン

複合型有料老人ホーム Les 芦屋 ~ Small luxury care home ~

ご入居承り中

サービス内容 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

入居見学会 2019年 3月9日(土) 10:30～11:30 カフェ付 要予約・無料 ※前日までに電話にてお申込みください

〒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

一般区画 申込受付中 芦屋市にお住まいの方も申込頂けます。 広告

豊かな緑に包まれた、明るい公園墓地 全面バリアフリー対応

安心の市営墓地 宝塚市立 宝塚すみれ墓苑

所在地:宝塚市下佐曾利字大谷1-66 阪急山本駅から路線バス運行(原則第1・3日曜日)

合葬式墓所 5万円より(税別) 好評受付中(生前申込の場合は条件あり)

現地説明会開催 3/24(日) 9:30～15:00 無料送迎バスを阪急/JR宝塚駅、JR山本寺駅、阪急山本駅より運行します。(電話予約制)

お問い合わせ・資料請求は 宝塚市役所 生活環境課 ☎0797-77-2146 受付時間 平日 9:00～17:30