健康・保健

健康インフォメーション

■6月4日～10日は歯と口の健康週間
問保健センター ☎31-1666
【歯の健康フェスタ】
日6月9日（日）午前10時～午後2時30分　所ラポルテホール　内歯の無料相談と健診・歯垢チェック・フッ化物洗口・歯みがき指導・歯科医師体験等
【歯の無料相談と健診】
日6月4日～ 10日（各診療所の休診日除く）　所歯科医師会会員診療所〈要予約〉
【40歳・50歳の歯科健診（節目健診）】
内4月1日時点で40・50歳の人に受診券（1回無料）を送付しています。ぜひご利用ください。〈要予約〉
【歯の供養】
日6月8日（土）午後2時～3時　所芦屋霊園　持抜けた歯・不要になった義歯等

■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】
日6月1日～30日　所管理棟4階ギャラリースペース　内美芦くらぶ絵画展　問総務課
【両親学級】
日6月8日（土）午前10時～正午　所3階東病棟　内お産の経過・赤ちゃんのお風呂（実習あり）　人妊娠22週以降の妊婦・パートナー（5組10人）〈要予約〉
問3階東病棟（午後1時～4時）
【マチネーコンサート】
日6月9日（日）午後2時30分～　所外来棟4階黄色いピアノ前　問総務課
【糖尿病教室】
日6月14日（金）午後1時30分～3時　所病棟2階講堂　内自己血糖測定・処方薬のねらい・熱中症対策※血糖測定器点検会開催　師臨床検査技師・薬剤師・看護師　問栄養管理室
【芦屋病院講堂コンサート】
日6月16日（日）午後2時30分～　所病棟2階講堂　問総務課

■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
【5月31日～6月6日は「禁煙週間」】
内5月31日（金）は、WHOが定めた「世界禁煙デー」です。「受動喫煙の防止に関する条例」により、一層の受動喫煙防止対策に取り組んでいます。
【6月は「エイズ予防月間」】
内HIVに感染しているかどうかはHIV検査でしかわかりません。検査は匿名、無料で全国どこででも受けることができます。検査を受けてみませんか？　日6月12日・26日（水）午後1時30分～2時〈要予約〉※肝炎・梅毒検査もあり
【アルコール依存症の家族会（のぞみ会）】
日6月14日（金）午前10時～正午　内アルコール問題で悩んでいる家族※市外の人も可
【こころのケア・アルコール問題相談】
日6月18日（火）午後1時～2時30分〈要予約〉
【難病・障がいのある人等の専門栄養相談】
日6月25日（火）午前10時～正午〈要予約〉

【芦屋在宅栄養士会会員募集】
内市内在住で栄養士免許をお持ちの人、一緒に地域活動をしませんか？毎月第2水曜に活動しています。
問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

■トイレトレーニングのお話
日①6月5日（水）②7月10日（水）午後2時30分～3時30分　所保健福祉センター　人幼児（1歳6カ月以上優先）と保護者・各30組　申6月1日（土）午前10時から右記へ　問子育てセンター ☎31-8006

■西宮病院県民公開講座
日6月8日（土）午後2時～4時　所ルナホール　内眼科・耳鼻科・リハビリの講演　申&問西宮病院地域医療連携センター ☎0798-34-5151

■身体障がい者移動相談
日6月21日（金）午前9時～正午　所尼崎市身体障害者総合福祉センター　内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　申&問障害福祉課 ☎38-2043

■幼児の食事とおやつの教室
日7月5日（金）午前10時～正午　所保健福祉センター　内夏の過ごし方、夏に負けない食事　人1歳6カ月～未就学児と保護者30組（託児・1歳以上・先着15人・要予約）　師保健師・管理栄養士　持母子健康手帳・飲み物　申6月3日（月）から右記へ　問保健センター ☎31-1586

■さわやか体操教室（介護予防）
各教室初心者優先・応募多数抽選・要予約
※同一教室を前回参加された人は不可/さわやか運動教室同時参加不可/医師に運動を制限されている人不可
【介護予防センター】
日①7月1日～9月30日（月・10回）午後2時～3時30分②7月2日～9月17日〈火・11回〉午後1時30分～3時　所保健福祉センター　内①姿勢&動作改善②脳を刺激（コオーディネーション運動）　人65歳以上・各20人　持お茶・タオル・上履き　申6月3日～6日に下記へ　問介護予防センター ☎31-0628
【アクティブライフ芦屋】
日7月4日～9月5日（木・全10回）午前10時～ 11時30分　内足腰元気！転ばん体操　人65歳以上・12人　申6月1日～5日午前9時～午後5時に下記へ　所&問アクティブライフ芦屋 ☎34-6500
【セントラルウェルネスクラブ芦屋】
日7月4日～9月26日（木・全12回）※8月15日を除く①午前10時～11時30分②午後1時～2時30分　内椅子体操・脳のリフレッシュ体操ほか　人65歳以上・15人　持上履き・タオル・飲み物　申6月12日～19日午前10時～午後7時に電話で右記へ　所&問セントラルウェルネスクラブ芦屋 ☎38-2525

6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 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	①4日②25日（火） 午後0時45分～1時45分	①平成31年1月15日～2月3日生まれ ②平成31年2月4日～24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8月生まれ
	1歳6カ月児 健康診査	①13日②27日（木） 午後0時45分～1時45分	①平成29年11月23日～12月12日生まれ ②平成29年12月13日～20日生まれ
	3歳児健康診査	①6日②20日（木） 午後0時45分～1時45分	①平成28年4月28日～5月15日生まれ ②平成28年5月16日～6月3日生まれ
	アレルギー健診	21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】
	歯の無料 相談・健診	19日・7月17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）
教室	プレおや教室 （パパママクラス）	6月22日（土） 妊婦：午前9時30分～正午 産婦：午前10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）【要予約】
	プレおや教室 （もく浴クラス）	7月14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）【要予約】
	もぐもぐ 離乳食教室	24日（月） 午前10時～正午	6～7カ月児とその保護者（講話と試食）【要予約】
相談	育児相談	5日・7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	10日・7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	4日・18日・7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	12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
■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（〒659-0051 呉川町14-9）

救急医療

6月夜間当番医　※金曜日・午後8時～11時（　）内は診療科目

7日	鈴木小児科（小）	☎34-0766
14日	林整形外科・外科医院（整・外）	☎32-8880
21日	芦屋橋本クリニック（内・透）	☎21-3131
28日	野村医院（内）	☎22-5505

■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

■神戸こ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
午前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

お元気なうちに、入居する有料老人ホームをご自分の目でご確認ください
介護付有料老人ホーム　入居時自立
ウェル・エイジング・コミュニティ
宝塚エデンの園
「初夏の昼食付見学会」受付中！
6月12日(水)・14日(金)
上記以外の日程で個別見学も承ります。
【時間】午前11時集合・午後2時解散(予定)【場所】宝塚エデンの園(南玄関)
【対象】有料老人ホームに関心のある60歳以上の方
【アクセス】阪急今津線逆瀬川駅から、阪急バス「エデンの園」下車（約14分）
参加費無料

見学会のお申し込み・資料請求はこちらまでご連絡ください
宝塚エデンの園 入居者募集センター　0120-87-1165
【受付時間】9:00～17:00（土曜日・日曜日・祝日を除く）
〒665-0025
宝塚市ゆずり葉台3-1-1
Youtube 動画配信中
宝塚エデンの園　検索