

LIFE&health

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/FAX38-1340

【H I V・肝炎・梅毒検査】

日 7月10日・24日(水)午後1時30分～2時 ※匿名検査・市外の人でも可(要予約)

【アルコール依存症の家族会

(のぞみ会)

日 7月12日(金)午前10時～正午
人 アルコール問題で悩んでいる家族※市外の人でも可

【①こころのケア相談・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】

日 ①7月16日(火)午後1時～2時30分②23日(火)午前10時～正午(要予約)

【各種衛生検査】

日 毎週月・火(祝除く)午前9時～11時45分 内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) 費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)

【おやこdeクッキング】

日 ①7月30日(火)②7月31日(水)③8月21日(水)④8月23日(金)午前10時～午後1時 所①②精道小学校③④芦屋健康福祉事務所 人 市内在住4歳～小学生と保護者・各12組 費1組900円(傷害保険含)(兄弟同伴は1人400円追加) 師 芦屋いずみ会 申 7月12日(金)までにはがきかファクスで「おやこdeクッキング」希望日・保護者の氏名・子どもの氏名・年齢・住所・電話番号を記入し芦屋健康福祉事務所 地域保健課 FAX38-1340(〒659-0065 公光町1-23)へ。(①と②、③と④は同じ内容。応募多数の場合抽選。参加の可否ははがきで連絡。グループ申込は不可。)

芦屋病院公開講座

日 ①7月13日(土)午後2時～3時30分②8月3日(土)午後2時～3時30分 所 市民センター 401室

内 ①出張!糖尿病教室②こどもの急病～おうちでできるホームケア～

人 80人 師 ①芦屋病院 糖尿病・内分泌内科 西岡彩 医師②芦屋病院 小児科 森田拓 医師 費 200円 申 直接会場へ 問 公民館 ☎35-0700

保健センターからのお知らせ

所&問 保健センター ☎31-1586/FAX31-1018

【予防接種を受けましょう】

内 予防接種は感染症に対する免疫をつくり、病気を予防する効果があります。詳細は、市ホームページをご覧ください。特に、MR混合2期(平成25年4月2日～平成26年4月1日生まれの年長児)・日本脳炎2期(9歳以上13歳未満)・二種混合(11歳以上13歳未満)は接種を忘れやすいので、対象年齢になったら早めに接種しましょう。

【血管年齢測定会】

日 8月5日～令和2年2月 内 血管年齢測定(初回)相談3回・希望により血液検査・運動あり※8月5日(月)は説明会のため必須。その他日程変更等要相談。 人 服薬中・治療中でない40歳から64歳までの市民で、過去1年間の健診結果等の数値が①～③のいずれかにあてはまる人・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 申 7月1日～29日までに上記へ

救急医療

救急・休日の診療に

■救急指定病院

芦屋病院(外・内) ☎31-2156
南芦屋浜病院(外・内) ☎22-4040
芦屋セントマリア病院(整外・外・内) ☎23-1771

■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・年末年始 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) 年末年始 午前9時～翌朝5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

7月夜間当番医(金曜日・午後8時～11時)

5日 松村内科クリニック(内) ☎31-0813/12日 上條医院(内) ☎34-0787/19日 宮崎内科クリニック(内) ☎25-2528/26日 あずみクリニック(内) ☎25-1078

検診・相談

がん検診		
肺がん検診 (65歳以上は結核 検診含む)	10日・8月7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】必要な人はかく痰検査(900円)
胃がん検診	9月以降の予約 受け付け中	35歳以上(血縁者に胃がんの人がいれば 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 (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	4日・8月1日(木) 午前10時30分～11時	50歳以上男性/年1回 P S A検査(1,000円)【要予約】
個別 乳がん検診	[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 ※豊胸術・ペースメーカー 装着・妊娠中・授乳中の人は不可 【要予約】
集団 乳がん検診	7日(日)12日(金)17日(水) 26日(金)30日(火)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	24日・31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人/年1 回/問診・胸部レントゲン【要予約】
肝炎ウイルス検診	4日(木)午前10時30分～ 11時・7日(日)12日(金)17日 (水)26日(金)30日(火)午前 9時30分～10時	肝炎ウイルス検査を受けたことがない40 歳以上【要予約】
骨粗しょう症検診	16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 (3時間人間ドック)	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) 希望者:ピロリ菌検査(別途600円) 前立腺がん検診(別途1,000円) 【受診日の1週間前までに要予約】
検(健)診		
歯の無料相談・健診	17日・8月21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)
げんき度健診 (体力測定)	27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【要予約】
特定健康診査 《集団》	12日(金)17日(水)26日(金) 30日(火)8月5日(月) 午前	40歳以上の国民健康保険加入者(受診券 のある人) ※社会保険加入者は、お問合せください ※予約は健診日の12日前まで【要予約】
特定健康診査 《個別》	市内実施機関 診療時間内	
後期高齢者医療 健康診査	市内実施機関 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】
相談		
健康相談	4日(木)午後・25日(木)午前	成人/医師による相談【要予約】
栄養相談	2日・16日・8月6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の食 事相談等【要予約】
保健相談	25日(木)午前9時20分～11時 20分	保健師による生活習慣病の予防等 【要予約】

◆会場の明記のないものは保健センター ◆料金記載の無いものは無料 ◆対象は芦屋市民
◆各がん検診(前立腺がんを除く)は70歳以上(要認印)・市民税非課税世帯に属する人(事前に保健センターに申し出が必要・要認印)は料金が免除となります。

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)

凡例…日日時(日程) 所会場・場所 内内容 人対象・定員 師講師
費用(記載のない催しは無料) 申申し込み 問問い合わせ

熱中症にご注意ください!

子どもや高齢者は熱中症になる危険性が高いため、周囲の人が十分に気をつけましょう。



予防のポイント

- ◆エアコンや扇風機を上手に利用する。
- ◆のどが渇かなくても水分補給を行う。
- ◆外出の際は、涼しい服装で日よけ対策をし、適度な休憩をとる。
- ◆日ごろから栄養バランスの良い食事と体力づくりをする。

もしも熱中症になったら

- ◆涼しい場所へ移動し、衣服を緩めて安静にする。
- ◆エアコン、扇風機やうちわなどで体を冷やす。
- ◆首や脇の下、太もものつけ根を氷などで冷やす。
- ◆飲めるようであれば、水分を少しずつ繰り返し与える。

問い合わせ 消防本部救急課 ☎32-2345