

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】

☎8月7日・28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)】

☎8月9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】

☎1 8月27日(火)午後1時～2時30分②27日(火)午前10時～正午(要予約)

【各種衛生検査】

☎毎週月・火(祝除く)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) ④①1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)

【災害時の食に備えましょう】

☎台風等による風水害が起りやすい季節です。停電や断水等に備えて、日頃から熱源や調理器具、食器等も含めた備蓄を行ないましょう。限られた食品や資源をもとに食事を作るなど、非常時にも対応できる力をつけておくことが大切です。まずは3日分の食の備えをしましょう。

肺の年齢チェック教室

☎8月20日(火)午後1時30分～4時 所 保健福祉センター3階多目的ホール 内 肺の年齢チェック教室講義「COPDと共に生きる」実

習「ながいきのための呼吸リハビリテーション」※希望者は肺年齢測定が可能です。 人60人 持筆記用具・飲み物 申8月1日(木)より右記へ 問 保健センター ☎31-1586/FAX31-1018

令和元年度 兵庫県芦屋市 健康大学講座受講生募集

☎9月5日～11月7日の計10日間いずれも木曜日の午後2時～4時 所 芦屋市医師会医療センター3階 内 市内医療機関の各科医師・歯科医師・薬剤師などが、病気などについて専門的な講義を行います。 人40人 費2,000円 持筆記用具 申8月30日(金)までに右記へ。 問 保健センター ☎31-1586/FAX31-1018・芦屋市医師会 ☎32-2000/FAX32-2007

血管年齢測定会

☎9月2日～令和2年3月 所 保健センター 内 血管年齢測定、相談3回・希望により血液検査・運動あり※9月2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8月1日～26日までに下記へ 問 保健センター ☎31-1586/FAX31-1018

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

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

神戸こ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

8月夜間当番医(金曜日・午後8時～11時)

2日 平林医院(内・外)☎22-3548 / 9日 ながれたに内科クリニック(内)☎22-4592
 16日 渡辺内科クリニック(内・循)☎80-8200 / 23日 長澤クリニック(内・消)☎25-0075 / 30日 にしわき消化器内科・外科クリニック(内・外・消・肛)☎38-9891

検診・相談

がん検診		
肺がん検診 (65歳以上は結核検診含む)	7日・9月11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	10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	1日・9月5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)マンモグラフィー※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	5日(月)・9月13日(金)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】
検(健)診		
アスベスト検診	9月25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	1日(木)午前10時30分～11時・5日(月)午前9時～10時・9月10日(火)午後1時30分(奥池地区集会所)・12日(木)13日(金)午前9時～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	23日(金)午前9時30分～10時・9月13日(金)午後1時30分～2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)	9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】
歯の無料健診・相談	21日・9月18日(水) 午後1時～2時45分 (歯科センター)	市内在住・在勤者(40歳以上には歯周疾患検診あり)
げんき度健診 (体力測定)	9月27日(金) 午前9時30分～11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》	9月4日(水)午後(上宮川文化センター)・10日(火)午後(奥池地区集会所)	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	1日・8日(木)午前・9月5日(木)午後	成人/医師による相談【要予約】
栄養相談	6日・20日・9月3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	8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

スズメバチに注意

夏から秋にかけて巣が大きくなり、ハチの数も増え、巣を守るために攻撃性が高まるので、特に注意が必要です。

【襲われないポイント】

- ・黒いものを攻撃するので、長袖の白っぽい服装や帽子を被る
- ・香水や整髪料の臭いに敏感に反応するので注意する
- ・巣を刺激しない
- ・ハチが飛んできた場合は、振り払わず姿勢を低くする



スズメバチの巣を発見した際は下記へ

■私有地内の害虫駆除・相談

一般社団法人兵庫県ペストコントロール協会阪神地区代表 阪神衛材株式会社☎0798-65-2309

問い合わせ 環境課 ☎38-2050