

# 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(要予約)】

日 10月9日・23日(水)午後1時30分～2時(匿名検査・市外の人可)

【アルコール依存症の家族会(のぞみ会)】

日 10月11日(金)午前10時～正午  
人 アルコール問題で悩んでいる家族(市外の人可)

【こころのケア相談・アルコール問題相談】

日 10月15日(火)午後1時～2時30分  
人 こころの病気・アルコール問題で悩んでいる人

## 休日特定健診

日 11月10日(日)午前9時～午後1時  
所 芦屋病院 内 平日に受診できない人はこの機会にぜひご利用下さい(受診券の有効期限が終了間近です) 人 40歳以上の芦屋市国民健康保険に加入の人・50人(要予約) 問 & 問 芦屋病院医事課 検診担当 ☎31-2156(午前9時～5時/土・日・祝日を除く)

## 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

【大腸がん予防の健康講座】

日 10月31日(木)午後1時30分～3時30分  
内 講演「ここが知りたい!大腸がん検診!」  
人 30人  
申 10月1日(火)から上記へ

【おとなの食事

Goodバランスアップ教室】

日 ①11月7日(木)午後1時30分～3時30分  
②11月8日(金)午前10時30分～午後1時  
内 血糖値を上げにくい食事の秘訣①講話「血管を守る食事」②調理実習「血糖値を上げにくい、とっておきレシピ」  
費 ②調理実習費600円  
持 ①筆記用具②エプロン・三角巾(バンダナ等)  
申 10月1日(火)から上記へ

## 【血管年齢測定会】

日 11月11日～令和2年5月 内

血管年齢測定、相談3回・希望により血液検査・運動あり※11月11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未滿②血糖:HbA1c5.6%以上6.5%未滿③血圧:収縮期血圧130mmHg以上140mmHg未滿かつ拡張期血圧85mmHg以上90mmHg未滿  
申 10月1日～31日までに保険センターへ  
【高齢者インフルエンザ

ワクチン予防接種】

日 10月15日～令和2年1月31日

内 保健センターだより・市ホームページ等で医療機関を確認し、予防接種が受けられる日時等を問い合わせてください。(市外で接種を希望する人は、事前に保健センターまでご相談ください。) 人 接種当日に65歳以上の人/接種当日に60歳以上65歳未滿の人で、腎臓または呼吸器等の機能に障がいがあり、身体障害者手帳1級相当をお持ちの人 費 1,500円 持 住所・氏名・年齢を確認できるもの(健康保険証や運転免許証等)  
問 保健センターへ

## 新体力テスト測定会 & 健康・体力づくり相談

日 10月26日(土)午後1時～2時/午後3時15分～4時45分  
所 体育館・青少年センター競技場・川西運動場  
内 握力・上体起こし・長座体前屈など  
人 6歳～79歳・各50人  
持 運動のできる服装・水筒・タオル・運動靴・体育館シューズ  
申 10月21日(月)までに下記へ  
問 スポーツ推進課 ☎22-7910/FAX22-1633/✉sport@city.ashiya.lg.jp

凡例…日 日時(日程) 所 会場・場所 内 内容 人 対象・定員 師 講師 費 費用(記載のない催しは無料) 申 申し込み 問 問い合わせ

## あしやホスピタルフェスタ 2019

日 11月10日(日)午前11時～午後4時 会 場 芦屋病院

子どもから大人まで、健康・医療について楽しみながら理解を深めるイベントです。【体験コーナー】腹腔鏡手術体験、調剤体験、看護服・医師白衣体験【健康コーナー】骨密度測定、嚥下力チェック【その他】ミニ公開講座、院内コンサート、ストリートダンスなど。



問い合わせ 芦屋病院総務課 ☎31-2156

## 救急医療

### 救急・休日の診療

#### 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

### 10月夜間当番医(金曜日・午後8時～11時)

4日 大谷整形外科・眼科(整) ☎34-7077 / 11日 さわだクリニック(内) ☎23-7117 / 18日 藤崎整形外科(整) ☎38-0107 / 25日 永松クリニック(外) ☎32-3399

## 検診・相談

がん検診		
肺がん検診(65歳以上は結核検診含む)	9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	11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	3日・11月7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・授乳中の人とは不可【要予約】
集団 乳がん検診	11日(金)16日(水)18日(金)24日(木)29日(火)午前9時～10時(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	23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	3日(木)午前10時30分～11時・11日(金)16日(水)18日(金)24日(木・レディースデー)25日(金)29日(火)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	15日(火)午前9時30分～10時・11月8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)	11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	16日・11月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)
げんき度健診(体力測定)	11月22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》	16日(水)18日(金)24日(木)25日(金)29日(火)11月9日(土)12日(火)14日(木)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	3日(木)午後・10日(木)午前	成人/医師による相談【要予約】
栄養相談	1日・15日・11月5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	31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)