

# Life&Health

## 芦屋健康福祉事務所

所 & 関 芦屋健康福祉事務所地域保健課 ☎32-0707

### 【HIV・肝炎・梅毒検査】

匿名検査(市外の人可・要予約) 8月12日・26日(水)午後1時30分～2時

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栄養相談(要予約)

①8月18日(火)午後1時～2時②25日(火)午前10時～正午

【アルコール依存症の家族会(のぞみ会)】

8月14日(金)午前10時～正午  
アルコール問題で悩んでいる家族(市外の人可)

### 【各種衛生検査】

毎週月・火 午前9時～11時45分(祝除く) 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) ①一検体480円②一検体5,200円③項目で異なる(要予約)

### 【健康と食育ボランティア講座】

9月16日～12月16日(全6回)  
食を中心とした健康づくりを楽しく学んで実践できる講座です。楽しく仲間と一緒に、地域の食育ボランティア活動を始めてみませんか?

## 足と靴相談会



8月21日(金)午前10時～午後2時 / 22日(土)午後2時～6時  
足のトラブルを相談しながら、あなたに合ったインソールを作成します。  
各25人(対応サイズ22cm～28cm) 費3,080円(税込・1足分) 当日直接会場へ 所 & 関 体育館・青少年センター ☎31-8228

## インボディ測定会



測定時間5分。筋肉量や脂肪量を部位別に測定。体成分も分析もできます。

8月21日～23日 正午～午後1時 / 午後4時～5時 対象18歳以上 費300円 当日直接会場へ 所 & 関 体育館・青少年センター ☎31-8228

## 睡眠セミナー

睡眠からアプローチする健康についてのお話です。

8月30日(日)午後3時～5時 対象30人(18歳以上) 体育館・青少年センター窓口または電話で下記へ 所 & 関 体育館・青少年センター ☎31-8228

## 健康チャレンジ教室



9月7日～令和3年3月 内 血管年齢測定、相談3回・希望により血液検査あり※9月7日(月)は説明会のため必須。その他日程等は要相談。 対象 服薬中・治療中でない40歳～64歳の市民で、過去1年間の健診結果等の数値が①～③のいずれかに当てはまる人・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 申込 8月1日～31日に下記へ 所 & 関 保健センター ☎31-1586

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

## スズメバチに注意

スズメバチは、屋根裏、軒先、樹木などに縞模様のボール型の巣をつくり、巣を守るために人を襲うことがあります。夏から秋にかけて巣が大きくなるとともに、ハチの数も増え、攻撃性が高まるため特に注意が必要です。スズメバチの巣の駆除は、巣がある場所の所有者または管理者の責任でお願いします。



### ■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

## 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

#### ■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

#### ■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

#### ■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

### 8月夜間当番医(金曜日・午後8時～11時)

7日 上田内科(内) ☎34-1878 / 14日 芦屋セントマリア病院(外・内・整) ☎23-1771 / 21日 松葉医院(内)☎22-1641 / 28日 芦屋セントマリア病院(外・内・整) ☎23-1771

## 検診・相談

がん検診		
肺がん検診(65歳以上は結核検査含む)	5日・9月9日(水)午後1時～1時15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	8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(毎週火曜の午前中に提出)	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	6日・9月3日(木)午前11時～11時30分	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	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】
	[あいかプレストクリニック] ☎38-7171(診療時間内)	
集団乳がん検診	[まさい乳腺クリニック] ☎22-2800(診療時間内)	9月10日(木)・11日(金)・14日(月)・18日(金)・25日(金)・29日(火) 午前(検診車:保健センター)
子宮頸がん検診	随時(市内実施医療機関で診療時間内)	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	19日(水)午後1時～1時15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(月)・18日(火)午前9時～9時30分・6日(木)午前11時～11時30分・24日(月)午後1時30分(上宮川文化センター)	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	25日(火)・9月11日(金)午後1時30分～2時30分	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	19日・9月2日・16日(水)午後1時～2時30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)【保健センターまで要予約】
特定健康診査(集団)	24日(月)午後(上宮川文化センター) / 9月4日(金)午後(奥池集会所)	40歳以上の国民健康保険加入者(受診券のある人)※社会保険加入者は問い合わせ下さい。予約は健診日の12日前までです【要予約】
特定健康診査(個人)	市内実施医療機関 診療時間内	後期高齢者医療制度加入者【要予約】
後期高齢者医療健康診査		
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	6日(木)午後・20日(木)午前	成人/医師による相談【要予約】
栄養相談	4日・18日・25日・9月1日・8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	20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/☎31-1018(呉川町14-9)