

LIFE & health

芦屋健康福祉事務所

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 2月12日・26日(水)午後1時30分～2時(匿名検査・市外の人も可)

【アルコール依存症の家族会(のぞみ会)】

日 2月14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(要予約)】

日 ①2月18日(火)午後1時～2時30分 ②2月25日(火)午前10時～正午

おとなの食事

Good/バランスアップ教室

日 ①3月18日(水)午後1時30分～3時30分 ②3月19日(木)午前10時30分～午後1時

所 保健福祉センター 内 ①講話「血糖値を上げにくい食事」②調理実習「血糖値を上げにくいとっておきレシピ」

人 25人(40歳以上) 費 ②600円 持 ①筆記用具②エプロン・三角巾

日 2月3日(月)から下記へ。 問 保健センター ☎31-1586/FAX31-1018

乳がん予防の健康講座

日 2月27日(木)午後1時30分～3時30分

所 男女共同参画センター2階 内 専門医による講演「乳がんの診断と治療」「やってみよう!乳房のセルフチェック」

人 30人※託児(要予約)先着6人(0歳6カ月～未就学児/300円)

日 & 問 保健センター ☎31-1586/FAX31-1018

検診がまだの人は受診を

子宮頸がん・乳がん・大腸がん・肝炎ウイルス検診の無料クーポン券の有効期限は2月29日(土)まで。

人 子宮頸がん20歳女性・乳がん40歳女性・大腸がん40歳・肝炎ウイルス40歳(平成31年4月1日現在)の人

問 保健センター ☎31-1586/FAX31-1018

芦屋市権利擁護フォーラム



昨年の様子

日 2月22日(土)午後1時30分～4時30分

所 保健福祉センター3階多目的ホール 内 精神科医療の側面から、生きづらさを抱える人への理解を深め、共に生きる地域づくりを考えます。

人 150人程度 日 2月14日(金)までに、電話・ファクス・メールで下記へ連絡の上、当日直接会場へ。

問 芦屋市権利擁護支援センター ☎31-0682/FAX31-0687/ 日 ashiya-bank@hn.pasnet.org

高齢者肺炎球菌ワクチン 定期予防接種期限

昨年5月に対象の人へ接種券を送付しています。接種期間は3月31日まで。期間後の接種は任意接種扱い(全額自己負担)になります。

問 保健センター ☎31-1586/FAX31-1018

血管年齢測定会

日 3月2日～9月 内 血管年齢測定、相談3回・希望により血液検査あり※3月2日(月)は説明会の為必須。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

日 2月1日～24日に下記へ 所 & 問 保健センター ☎31-1586/FAX31-1018

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

2月夜間当番医(金曜日・午後8時～11時)

7日 渡辺内科クリニック(内・循)☎80-8200 / 14日 にしわき消化器内科・外科クリニック(内・外・消・肛)☎38-9891 / 21日 上田内科(内)☎34-1878 / 28日 筋師医院(内)☎23-0627

検診・相談

がん検診		
肺がん検診 (65歳以上は結核検診含む)	12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	3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(郵送提出)	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・3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) [あいかプレストクリニック]☎38-7171 (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	1日(土)・28日(金)午前	
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	26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	6日・3月5日(木)午前10時30分～11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	18日・3月17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)	3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・3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)	3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】
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・21日(金)午前3月5日(木)午後	成人/医師による相談【要予約】
栄養相談	4日・18日・3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	27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)

2020あしやスポーツフォーラム

セミナー(足形・歩行の加齢変化)、計測会(足形・歩行)などで学ぶ100歳まで元気に歩くための方法。



日 2月24日(月・祝)午後3時～5時

会 場 体育館・青少年センター競技場

定 員 先着80人

持 ち 物 動きやすい服装・体育館シューズ

申 込 日 2月14日(金)までに下記へ 問 合 せ あしやスポーツフォーラム事務局(スポーツ推進課内)☎22-7910/FAX22-1633