

Life&Health

健康ウォーキング



日 9月27日(土)午後3時30分～4時30分**内**「美」と「健康」を兼ね備えたウォーキング&エクササイズ!**人** 50人**師**伊藤トオル氏**持**運動ができる服装・室内シューズ・飲み物・タオル**費**500円**所**と**申**&**間**シンコースポーツ体育館・青少年センター**☎**31-8228

芦屋健康福祉事務所

所芦屋健康福祉事務所
【H I V・梅毒・肝炎検査(要予約)】
日10日・24日(水)午後1時30分～2時(匿名検査)**間**地域保健課**☎**26-8152
【①こころのケア相談・アルコール問題相談②専門栄養相談(要予約)】
日①16日(火)午後1時～2時②24日(水)午前10時～正午**間**地域保健課**☎**26-8152
【各種衛生検査(要予約)】
日(月・火※祝日除く)午前9時～11時30分**内**①検便(赤痢菌等)②水質検査(一般11項目)③水質検査(特殊項目)**費**①1検体480円②1検体11,600円**間**企画課**☎**26-8159
【9月10日～16日 自殺予防週間】
9月10日は「世界自殺予防デー」
間地域保健課**☎**26-8152/兵庫県いのちと心のサポートダイヤル**☎**078-382-3566(月～金午後6時～翌朝午前8時30分/土・日・祝24時間)
【9月24日～30日 結核・呼吸器感染症予防週間】
1年に1回は胸部エックス線検査を受けましょう。

シニア体力測定

日 9月30日(火)①午前9時30分②10時30分③午後1時④2時⑤3時**人**65歳以上・各組先着10人**内**柔軟性・筋力・敏捷性・平衡性(静的・動的)の五つの体力要素の測定結果を、年代別・性別の全国標準値から相対評価します。**持**飲み物・タオル・上履き**申**9月1日～下記へ**所**&**間**介護予防センター**☎**31-0628

芦屋病院公開講座

日&**内**&**師**10月11日(土)出張!糖尿病教室:紺屋浩之医師(糖尿病・内分泌内科)・糖尿病チーム/11月8日(土)婦人科疾患と運動について:宮田明未医師(産婦人科)・山本綾子教授(甲南女子大学理学療法学科)/12月13日(土)知っていれば怖くない乳がんのはなし:水谷伸医師(乳腺外科)〈時間は全て午後2時～3時30分〉**所**市民センター401室**人**各先着100人**間**公民館**☎**35-0700

健康チャレンジ教室

日10月27日～令和8年4月〈10月27日(月)の説明会は参加必須。その他日程変更等要相談〉**内**ミニからだ測定会・相談3回・血液検査(希望者)[参加賞あり]**人**服薬中・治療中でない40歳～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方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・先着10人**申**9月1日～10月7日に下記へ**所**&**間**こども家庭・保健センター**☎**31-1666/**FAX**31-1018

生活習慣病予防のためのヘルシークッキング



日10月29日(水)午前10時15分～午後1時**所**保健福祉センター調理実習室**内**【調理実習】血圧・血糖値・コレステロールが気になる人の食事**人**先着20人**師**こども家庭・保健センター管理栄養士・芦屋在宅栄養士会**費**600円**持**エプロン・三角巾(バンダナ可)・筆記用具**申**9月1日～電話・ホームページから**間**こども家庭・保健センター**☎**31-1666/**FAX**31-1018



ホームページ



救急医療

院内では必ず不織布マスクの着用をお願いします。

■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)午後2時30分～翌朝6時30分
(日・祝)午前8時30分～翌朝6時30分

■休日応急診療所(内・小)※発熱者は要連絡

☎21-2782〈公光町5-13〉
(日・祝)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・祝)午前9時～午後4時
(土)午後6時～8時30分(耳鼻咽喉科のみ)

■歯科センター(歯)**☎**31-0658(呉川町14-9)

(日・祝)午前9時～11時30分

■夜間当番医(午後8時～翌朝8時) ※必ず事前にご連絡ください。

【(金)午後8時～11時】5日メイプルこどもクリニック(小)**☎**25-0911/12日ペインクリニック芦屋ピッコロ診療所(内)**☎**25-1347/19日有田クリニック(内・循)**☎**23-3000/26日重信医院(内・小)**☎**31-2480

■電話相談

【救急や病院に迷ったとき】救急安心センターひょうご**☎**#7119(年中無休)/**☎**078-331-7119
【こどもの病気・けがの相談】兵庫県子ども医療電話相談**☎**#8000/**☎**078-304-8899(月～土 午後6時～翌朝8時/日・祝日午前8時～翌朝8時)



検診・相談

WEB予約はこちら→
検診受診日の2週間前までの予約となります



がん検診		
肺がん検診 (65歳以上は結核 検診含む)	17日 午後1時	40歳以上/年1回胸部直接撮影 【要予約・WEB予約可】 必要な人はかく痰検査(900円)
胃がん検診 (胃部X線撮影)	9月以降の予約受付中	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・WEB予約可】
胃がん検診(内視鏡検査)	市内実施医療機関診療時間内	50歳以上/2年に1回(4,300円)【要予約】
大腸がん検診	随時(火)の午前中	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	5日・10月3日 午前10時30分	50歳以上男性/年1回 P S A検査(1,000円)【要予約・WEB予約可】
個別 乳がん検診 (マンモグラフィー)	〔芦屋病院〕 ☎ 31-2156 (月～金)午前中	40歳以上女性/2年に1回(2,000円) ※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)	
	〔芦屋セントマリアクリニック〕 ☎ 61-7211(診療時間内)	
	〔まさい乳腺クリニック〕 ☎ 22-2800(診療時間内)	
集団 乳がん検診 (マンモグラフィー)	12日・16日・25日・27日・29日(レ ディースデー)・10月10日午前 検診車【こども家庭・保健センター】	40歳以上女性/2年に1回(2,000円) ※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・WEB予約可】
子宮頸がん検診	随時(医療機関で診療時間の 午前)	20歳以上女性/2年に1回(1,000円) 頸部細胞診【要予約】
検(健)診		
アスベスト検診	3日・10月1日午後1時	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・WEB予約可】
肝炎ウイルス検診	5日・12日・16日・25日・27日 29日(レディースデー) 10月3日・10日午前	過去に肝炎ウイルス検査を受けたことが ない40歳以上【要予約・WEB予約可】
骨粗しょう症検診	19日・10月14日 午前9時30分	20歳以上・超音波法(1,000円) 【要予約・WEB予約可】
健康チェック (3時間人間ドック)	10月以降の予約受付中	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・WEB予約可】
歯の無料相談と健診	17日・10月15日 午後1時～2時45分 〔歯科センター〕	市内在住・在勤者(20歳以上には歯周病検診 あり)症状がなく、かかりつけ歯科医院がな い人【こども家庭・保健センターまで要予約】
特定健康診査 (集団)	16日・25日・27日 29日(レディースデー) 10月10日 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、要問 合せ【要予約・WEB予約可。健診日約2週 間前に締め切り】
特定健康診査(個別)	市内実施医療機関 診療時間内	40歳以上の国民健康保険加入者(受診券 のある人)【要予約】
後期高齢者 医療健康診査		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・16日午後・26日午前 10月2日午後	健・検診結果に関する医師による成人の 相談【要予約】
栄養相談	2日・16日・10月7日 午前9時30分～11時	管理栄養士による生活習慣病・フレイ ル予防の食事相談等【要予約】
保健相談	19日午前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こども家庭・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
◆こども家庭・保健センターでの検(健)診はWEB予約可 ◆各がん検診は、70歳以上または後
期高齢者医療制度に加入している人(要マイナ保険証<健康保険証の利用登録がされたマイナ
ンバーカード>/前立腺がん・胃がん<内視鏡検査>検診を除く)、市民税非課税世帯に属する
人(事前に申し出が必要/要本人確認書類/前立腺がん検診を除く)は料金免除
申し込み・問い合わせ こども家庭・保健センター健康増進係 **☎**31-1666/**FAX**31-1018

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

子宮頸がん予防(HPV) ワクチンキャッチアップ接種

キャッチアップ接種対象者が無料で接種できる期間は、令和8年3月31日までです。
接種を完了するまでに約6カ月間かかるため、お早めの接種をご検討ください。

- 対象 平成9年4月2日～平成21年4月1日生まれの女性
※令和4年4月1日～令和7年3月31日までにHPVワクチンを
1回以上接種し、完了していない人

■申し込み 実施医療機関

※有効性と接種による副作用(副反応)が起こるリスクを十分に理解
したうえで受けるようにしてください。

問い合わせ こども家庭・保健センター**☎** 31-0655



ホームページ