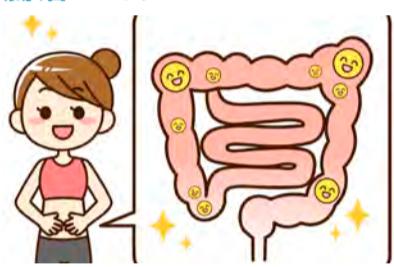


# Life & Health

## 芦屋健康福祉事務所

【H.I.V・梅毒・肝炎検査(要予約)】  
 日14日・28日(水)午後1時30分～2時  
 (匿名検査)問地域保健課☎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①20日(火)午後1時～2時②27日(火)  
 午前10時～正午問地域保健課☎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円問企画課☎26-8159

## 腸活セミナー



日1月12日(月・祝)午前10時30分～11時30分内不調を抱えている方に効果があると人気の「腸活」。座学と実技両方の講座です。※食後1時間半は空けてご参加ください。人18歳以上・10人費500円持運動ができる服装・飲み物・タオル・メモ・筆記用具所&問シンコースポーツ体育館・青少年センター☎31-8228

## 健康チャレンジ教室

日1月19日～7月※1月19日(月)は必須内運動講座・相談・血液検査人服薬中・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いずれかにあてはまる方・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1月5日～13日に右記へ所&問こども家庭・保健センター☎31-1666

凡例…日時 所会場・場所 内内容 人対象・定員 師講師 持ち物 費用 (記載のない場合は無料) 申込み 問問い合わせ

## ガスボンベ・スプレー缶等の処分方法

中身が残ったままだと、収集・破碎の時に発火するおそれがあります。必ず中身を使い切ってから出してください。

### 正しい出し方

- 中身を使い切る(振っても音がならなくなっています)
- 中身の見える袋にまとめる(袋に「危険」と書く)
- その他燃やさないごみの日に、他のごみ袋と分けて出す。

問い合わせ 環境施設課☎32-5391

## 健康講座



日1月24日(土)午後2時～3時所芦屋市医師会医療センター内「健やかな人生100年時代を目指した糖尿病治療～糖尿病合併症予防へのヒント～」人40人師馬場遼氏(京都中部総合医療センター内分泌・糖尿病・代謝内科医長)申1月20日(火)までに申込フォームで

問こども家庭・保健センター☎31-1586/芦屋市医師会☎32-2000



## 帯状疱疹ワクチン接種費用助成事業



日3月31日(火)まで所市内実施医療機関内帯状疱疹予防接種費用の助成は、3月31日まで。希望の方はお早めの接種をご検討ください。【助成金額】1人当たりワクチンの種類問わず1回限り、4,000円を助成※接種費用から助成金額を引いた額を市内実施医療機関でお支払いください。接種費用は医療機関によって異なります。※実施医療機関以外で接種された方の助成額に係る償還払いの申請期限は3月31日までとなります。詳細はホームページをご覧ください。人接種日時点で満50歳以上、かつ、3月31日時点で60歳以下の市民

持市民であることおよび年齢が確認できる書類申市内実施医療機関問こども家庭・保健センター☎31-0655/FAX31-1018



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

### 休日応急診療所(内・小)

☎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)

☎06-6480-9500(尼崎市西難波町6-1-9)

(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時以外】南芦屋浜病院☎22-4040

【(金)午後8時～11時】9日 富永医院(内・小)☎22-3823/16日 吉田内科クリニック(内)☎38-7210/23日 鈴木小児科(小)☎34-0766/30日 野村医院(内)☎22-5505

### 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

【子どもの病気・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)	21日・2月18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)	1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	随时受付(毎(火)の午前中にまたは郵送で提出)	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	9日・2月6日午前10時30分	50歳以上男性/年1回 PSA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 毎(月～金)の午前中 【あいかブレストクリニック】 ☎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)	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】
集団 乳がん検診 (マンモグラフィー)	1月17日午前 【潮芦屋交流センター】 2月21日午前 【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	随时(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【要予約】

### 検(健)診

アスベスト検診	7日・2月4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	9日・2月6日午前10時30分	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	16日・2月13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)

2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

21日・2月18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

対象【こども家庭・保健センターまで要予約】

### 事業所健診

随时(事業所単位で申し込み)

市内在勤者【要予約】

### 相談

健康相談	8日午後・20日午後・30日午前 2月12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	6日・20日・2月3日 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	22日・2月27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☎31-1586/FAX31-1018