

Life&Health

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〉】



ホームページ

日 9 日(水) 午後 1 時30分～ 2 時
(匿名検査) 問 地域保健課 ☎26-8152※オンライン予約可
【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 ①15 日(火) 午後 1 時～ 2 時②
24 日(木) 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※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 ① 1 検体480円
② 1 検体1,600円 問 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」
問 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。

【9 月 1 日は「県民健康デー」・
9 月1 日～30 日は「健康づくり強調月間」】
生活習慣の改善に一步踏み出しませんか?いつも頑張っているあなたのカラダを大切に。

K-P O P ダンスエクササイズ

日 9 月22 日(火・休) 午後 1 時30分～ 2 時30 分 人 18 歳以上・20 人
師 Kei(若樹みちるスタジオ専任講師) 持 運動ができる服・靴・飲み物・タオル 費 500 円 申 電話または下記窓口へ 所 & 問 シンコーススポーツ体育館・青少年センター ☎31-8228

健康ウォーキング



日 9 月27 日(日) 午前10時30分～ 11 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 18 歳以上・20 人 師 伊藤トオル氏 持 運動ができる服・靴・飲み物・タオル 費 700 円 申 電話または下記窓口へ 所 & 問 シンコーススポーツ体育館・青少年センター ☎31-8228

シニア体力測定

日 9 月30 日(水) ①午前 9 時30 分
②10 時30 分③午後 1 時④ 2 時⑤
3 時 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 人 65 歳以上・各組先着10 人 持 飲み物・タオル・上履き 申 9 月 1 日～下記へ 所 & 問 介護予防センター ☎31-0628

食生活改善教室「おサイフにも体にもやさしいごはん」

日 9 月30 日(水) 午後1 時15 分～2 時
45 分 内 高齢者の食事のポイントとメニューの紹介 人 市内在住・60 歳以上・先着15 人 要予約 師 西宮友の会芦屋方面 申 9 月2 日(水) 午前9 時30 分から電話で。 所 & 問 上宮川文化センター ☎22-9229

体力づくり強調月間



日 10 月1 日～31 日 内 空手道、貯筋運動研修会、スポーツウエルネス吹矢、ラジオ体操、トレッキング、ソフトテニス、健康体操、グラウンド・ゴルフなど 所 シンコーススポーツ体育館・青少年センターほか・市内各所 問 スポーツ推進課 ☎22-7910/FAX 22-1633

芦屋病院公開講座

日 & 内 & 師 10 月10 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/12 月12 日(土) A Y A 世代のがんをどう乗り切るか: 上浦祥司 医師(産婦人科) 時間は全て午後 2 時～ 3 時30 分 所 市民センター本館 401 室 人 各先着90 人 問 公民館 ☎35-0700

健康チャレンジ教室

日 10 月26 日～令和 9 年 3 月<10 月26 日(月)の説明会は参加必須。その他日程変更等要相談> 内 理学療法士による運動の講座・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 ～139mg/dl ②血糖: HbA1c5.6% ～6.4%または空腹時血糖100mg/dl ～125mg/dl ③血圧: 収縮期血圧130mmHg ～139mmHg かつ拡張期血圧85mmHg ～89mmHg・先着10 人 申 9 月1 日～10 月19 日に右記へ 所 & 問 こども家庭・保健センター ☎31-1666/FAX 31-1018



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)

■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

■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】 4 日 富永医院(内・小) ☎22-3823/11 日 吉田内科クリニック(内) ☎38-7210/18 日 鈴木小児科(小) ☎34-0766/25 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

【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)	16日、10月21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】
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	随時受付 毎(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	10月 2 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)	〔芦屋病院〕☎31-2156 毎(月～金)の午前中 〔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)	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・授乳中の人とは不可【要予約】
集団乳がん検診 (マンモグラフィ)	26日・29日・10月 9 日・13 日 午前 検診車[こども家庭・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【要予約】

検(健)診		
アスベスト検診	10月 7 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	26日・29日・10月 2 日・9 日・13 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	10月15 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	16日・10月21 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
特定健康診査 (集団)	26日・29日・10月 9 日・13 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、要問い合わせ【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	8 日午後、25 日午前、 10 月 1 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	1 日・25 日・10 月 6 日 午前 9 時30 分～11 時30 分	管理栄養士による生活習慣病やフレイル予防等の食事相談【要予約】
食と健康・ 禁煙サポート相談	1 日・10 月 6 日 午前 9 時30 分～11 時30 分	保健師・管理栄養士による個別相談(生活習慣病の予防・禁煙相談等)【要予約】 ※希望により体組成測定、握力測定を行います。

◆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 問問い合わせ