

Life&Health

がん検診等無料クーポン券の有効期限は2月28日まで

お済みでない方は、お早めに受診してください。

人子宮頸がん検診：21歳女性、乳がん検診：41歳女性、大腸がん検診：41歳、肝炎ウイルス検診：41歳（令和8年3月31日時点の年齢）※クーポン券を紛失された人は右記へ問ことども家庭・保健センター☎31-1666

芦屋健康福祉事務所

所芦屋健康福祉事務所

【HIV・梅毒・肝炎検査（要予約）】

日25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①17日（火）午後1時～2時②24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

健康チャレンジ教室

日3月16日～9月＜3月16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、希望者は該当項目の血液検査あり【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2月2日～3月6日に下記へ所＆問ことども家庭・保健センター☎31-1666/FAX31-1018

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

芦屋病院ミニコラム

えんげき 加齢と摂食嚥下障がい

毎日の診療で高齢の患者さんと接していると、「最近、むせることが多くなった」という声を耳にすることが増えています。実は、在宅で生活する高齢者の5人に1人が摂食嚥下障がいを抱えており、75歳以上では4人に1人以上と報告されています。

この障がいの怖いところは、初期症状が軽微で気づきにくいことです。老眼や難聴のようにはっきりとした自觉症状がないため、知らないうちに進

ピラティス・テーピング講習会



日【ピラティス講習会】①3月3日②10日③17日（火）【テーピング講習会】④2月24日（火）/各回午後2時～3時所芦屋公園会議室内正しいテーピング方法の習得と、ピラティスによってインナーマッスルを鍛えます。人①②③先着6人④先着10人費各回1,000円（教材費別）④は別途教材費1,000円持運動しやすい服装・飲み物・タオル・ピラティス講習会にはヨガマットかバスタオル申2月1日（日）午前9時～開催日前日午後5時までに申込用紙（ホームページからダウンロード可）をファックスまたは窓口へ問芦屋公園有料公園施設芦屋公園テニスコート☎34-8886/FAX34-8884



ホームページ

健康体操&大人のチアダンス体験会



日3月7日（土）午後1時～2時30分所シンコースポーツ体育館・青少年センター内音楽に合わせて楽しく体を動かしましよう費100円持体育館シューズ・飲み物・タオル等申込フォームまたは申込用紙に記入し下記へ問芦屋市レクリエーションスポーツ協会事務局☎22-7910/FAX22-1633/✉sport@city.ashiya.lg.jp（川西町15-3）



ホームページ

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

リハビリテーション科 今井 教仁 医師

行してしまいます。しかし、嚥下機能は飲み込みに関わる筋力を鍛えることで維持・向上が期待できます。

日頃から、首や舌、喉の筋肉を意識的に動かす訓練を取り入れることが大切です。食べることは栄養摂取だけでなく、家族との団らんや人生の楽しみでもあります。今一度、ご自身の飲み込む力を意識して、予防を心がけましょう。症状が気になる方はかかりつけ医にご相談ください。



コラムの詳しい内容はホームページへ▶

問い合わせ 芦屋病院 ☎31-2156

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。

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

休日夜間急诊診療所（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〈吳川町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】
6日 松村内科クリニック（内）☎31-0813/13日 宮崎内科クリニック（内）☎25-2528/
20日 あづみクリニック（内）☎25-1078/27日 平林医院（内・外）☎22-3548

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)	18日・3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)	2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（火）の午前中または郵送にて提出	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 (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)	
集団 乳がん検診 (マンモグラフィー)	2月21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	4日・3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	6日・3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	13日・3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)	3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	18日・3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査あり)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】
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	12日・17日午後・20日午前・3月5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	3日・17日・3月3日 午前9時30分～11時	管理栄養士による生活習慣病・フレイバー予防の食事相談等【要予約】
保健相談	27日・3月24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入っている人(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/FAX31-1018

2026.2 広報あしゃ