

保健と環境

芦屋病院 ☎31-2156

糖尿病教室

☎4月8日(金)13時30分~15時 南病棟1階講義室 ☎糖尿病とは 副院長・金山良男ほか ☎栄養科

芦屋病院マチネーコンサ - ト

☎4月17日(日)14時30分~15時30分 外来棟5階ホ - ル ☎ピアノのコンサ - ト 横井和子 ☎総務課

健康教室

☎4月20日(水)13時30分~15時 外来棟5階外科側ロビー ☎マンモグラフィ(乳がん検診) 診療局長・小川次ほか ☎総務課

肝臓病教室

☎4月22日(金)13時30分~15時 南病棟1階講義室 ☎肝硬変 内科部長・桐山和雄ほか ☎栄養科

保健センター ☎31-1586

マンモグラフィ併用の乳がん検診 ☎4月18日から毎週火・水・金曜日(祝祭日除く) 南病棟・外科 ☎問診・視触診とマンモグラフィ(乳房レントゲン検査) マンモグラフィ併用検診は2年に1回の受診 ☎40歳以上の女性(妊婦、豊胸術をしたかた、ペースメーカー装着者不可) ☎2,800円 ☎返信はがき(受診日を病院で調整し、返信はがきで連絡しますので、受診時にお持ちください) ☎往復はがきに住所・氏名・年齢(生年月日)・電話番号・受診希望日を記入し、保健センター「乳がん検診」係(☎659-0065 公光町5-10)へ

いきいき教室

☎毎月第3火曜日、9時30分~11時30分 南瀬見小学校内ゆうゆう倶楽部 ☎運動トレーナーによる体操、保健師による健康チェック・健康相談・レクリエーション・創作活動など ☎市内在住65歳以上(日常生活は自立しているが、外出の機会の少ないかた) 送迎はありません。

ブレおや教室~5月後期クラス~

☎5月11日 5月25日 いずれも水曜日、13時30分~15時30分 保健センター ☎お産のはじまりと進みかたをイメージしよう・痛みをのがす呼吸法 母乳育児について・先輩ママとの交流会(出産や育児の体験談を聞いたり、抱っこさせてもらう) ☎25人(要予約) ☎前期未受講のかたのみテキスト代200円 ☎母子健康手帳・テキスト・運動できる服装

「平成17年度水質検査計画」公表します

水質検査の適正化や透明性を確保するために、水源の特性など芦屋市の地域性を踏まえ、検査の地点、項目、頻度とその理由などを明記しました「平成17年度水質検査計画」を策定しました。

ホームページに掲載するほか、水道部で配布・公表します。

問い合わせ 水道部工務課 ☎38-2084

日曜・祝日救急当番医 *事前に各医療機関へお問い合わせください

内科・小児科 9:00~17:00
休日応急診療所 ☎21-2782
(医師会医療センター内 公光町5-13)

夜間在宅輪番 ()内は診療科目
*金曜日20時~23時は下記のとおり。
4/1 芦屋橋本クリニック(内・透析) ☎21-3131

4/8 北岡医院(内・小) ☎22-3414
4/15 山田医院(内) ☎22-9351
4/22 柿沼産婦人科(婦・内) ☎31-1234

5/6 野村医院(内・神・リウ) ☎22-5505
*金曜日23時~翌日7時、金曜日以外の20時~翌日7時は南芦屋浜病院(☎22-4040)

芦屋健康福祉事務所 ☎32-0707

在宅栄養士の会員募集!
☎定例会(毎月第2水曜日、9時30分~11時30分)、研修会を随時実施 ☎栄養士免許取得者 ☎健康増進課

アルコール依存症家族会
☎4月8日(金)10時~12時(要予約) 芦屋健康福祉事務所

あじさいの会(認知症老人家族会)
☎4月18日(月)13時30分~15時30分 芦屋健康福祉事務所 ☎認知症老人を介護している家族(託老を希望されるかたは事前に連絡必要)

いずみ会リーダー養成講座
☎5月~平成18年1月の月2回程度 ☎食生活改善を中心に家庭から地域への健康づくり ☎テキスト代1,200円、調理実習費(500円×2回) ☎先着30人 ☎& ☎5月18日(水)<必着>までに、はがきまたはファクス(38-1340)に氏名・住所・電話番号を記入し、芦屋健康福祉事務所(☎659-0065 公光町1-23)「いずみ会リーダー養成講座」係へ ☎健康増進課

4月燃やさないごみ収集カレンダー

環境処理センター (☎22-2155)

*町ごとに決められた曜日に出してください

日	月	火	水	木	金	土	日
					1	2	ピン
3	4	5	6	7	8	9	その他燃やさないごみ
10	11	12	13	14	15	16	カン
17	18	19	20	21	22	23	その他燃やさないごみ
24	25	26	27	28	29	30	ピン

紙資源(水曜日)の収集日は、次のとおりです。指定日を間違えないように、お出してください。

- 6日...雑誌、チラシ、その他の紙類
- 13日...ペットボトル
- 20日...新聞紙、紙パック
- 27日...段ボール

震度計の一時休止について

精道小学校の建替え工事に伴う振動により、計測震度計に誤作動が発生することから、工事期間中の昼間は運用を一時休止することがあります。ご了承ください。

問い合わせ
防災対策課 ☎38-2093

4/1~5/5

健康カレンダー

保健センター

☎31-1586 阪神芦屋駅から北へ200m

内 容	日時・会場	対象・経費・その他
BCG接種	12日 13:30~14:30	満3カ月~6カ月未満(母子健康手帳・申し込み書・体温計・無料)
妊娠・お産・母乳の相談室(予約制)	18日 13:30~15:00	妊娠や母乳の相談(生後3カ月未満)無料
新生児訪問指導	随時	新生児訪問希望者・発育・母乳相談(無料)
育児相談	21日 9:30~10:30	乳児、母子手帳持参・身体測定 子育て相談(無料)
なかよし育児教室(予約制)	25日 9:45~11:30	6~7カ月児 母子健康手帳持参(無料)
4カ月児健康診査	5・26日 13:00~13:45 会場 芦屋健康福祉事務所	H16.12.1~15生まれ H16.12.16~31生まれ(無料)
10カ月児健康診査	実施医療機関で実施	H16.6月生まれ(無料)
1歳6カ月児健康診査	14・28日 13:15~14:00 会場 保健センター	H15.10.1~15生まれ H15.10.16~31生まれ(無料)
3歳児健康診査	7・21日 13:15~14:00 会場 芦屋健康福祉事務所	H13.12.1~15生まれ H13.12.16~31生まれ(無料)
アレルギー相談(予約制)	4日 9:30~11:00	アトピー・性皮膚炎、喘息等の相談(無料)
アレルギー健診(予約制)	15日 13:00~14:30	小児を対象に医師による健診(無料)
歯周病予防教室	20日 13:00~14:30 会場 歯科医師会館	歯の無料相談・歯周疾患検診等(無料)
在宅ねたきり予防訪問指導	随時、保健センター にお申し込みください	在宅で40歳以上の療養者(無料)
在宅ねたきり者歯科訪問指導	随時、保健センター にお申し込みください	在宅で60歳以上の寝たきり、準ずるかた(無料)
市民健康診査 (肺がん検診40歳以上)	1日 9:30~10:30	16歳以上 胸部X線・血圧・尿検(無料) 40歳以上 上記の他 心電図・血液検査(800円)・歯周疾患検診 妊婦 血液検査(予約制)
貧血検査	(血液検査前 4時間絶食)	16歳以上(130円)
肝炎ウイルス検診		40・45・50・55・60・65・70歳のかた(1,000円)
前立腺がん検診		50歳以上の男性のかた(1,000円)
健康チェック(予約制)	17年5月分予約受付中	35歳以上(生活習慣病予防11項目9,000円)
骨粗しょう症検診(予約制)	22日 9:30~10:00 会場 医師会医療センター	20歳以上(1,000円) 超音波法
栄養相談(予約制)	19日 9:30~11:00	小児から高齢者まで生活習慣病ほか(無料)
健康相談(予約制)	5・26日 13:00~15:00	成人を対象に医師による相談(無料)
胃がん検診(予約制)	7・18・21・25日 受付 9:15~9:45	35歳以上(3,500円)
大腸がん検診	受付随時 提出日 毎週、火曜日の午前中	40歳以上(800円)採取容器を渡し、とり方の説明
子宮(頸部)がん検診	随時(医療機関で診察時間の午前中)	30歳以上(1,000円)
乳がん検診	随時(医療機関で診察時間の午前中)	30歳以上(400円)
乳がん検診 (マンモグラフィ併用) (予約制)	実施日 毎週火・水・金曜日 (1日5名まで) 場 所 市立芦屋病院	40歳以上(2,800円) 往復はがきに、受診希望日と住所・氏名・電話番号・生年月日をご記入の上、保健センターへ申し込んでください *豊胸術・ペースメーカー装着のかたは受診できません

市民健診、各種がん検診(前立腺がんを除く)は70歳以上免除(要認印) 上表で会場を明記していないものは、すべて保健センターで実施

芦屋健康福祉事務所(芦屋保健所) ☎32-0707 国道2号線業平橋東へ150m

内 容	日時・会場	対象・経費・その他
親子の心の健康相談 (予約制)	12日 13:30~14:30	しつけや子育て、親子関係での悩み等の相談(無料)
こころの相談(予約制)	13日 13:30~14:30	老人の認知症、うつ等専門医によるこころの病気の相談(無料)
検便(赤痢等)	毎週月・火・水曜日 9:00~12:00	各菌ごと440円 サルモネラ菌検査は月、火受付
水質検査 (特殊項目は要予約)	毎週月・火・水曜日 9:00~12:00	一般4,600円 特殊項目2,400円
一般健康相談(予約制) 事業所検診(予約制)	15日 13:00~14:00	検査項目、検査数により 金額変動(有料)
HIV、HCV、HBs検査 (予約制)	15日 14:00~14:30	HIVのみ匿名検査は無料 証明書が必要なかたは有料 検査数により金額変動
専門栄養相談(予約制)	5・12日 10:00~12:00	専門栄養相談(無料)

家庭等でできる省エネ提案 地球温暖化防止活動推進

「エコチェックカレンダー」をはじめませんか

市では、地球温暖化の原因となっているCO₂を減らす取り組みを推進しています。

兵庫県地球温暖化防止活動センター(ホームページ <http://www.heaa-salon.or.jp/>)が作成した「エコチェックカレンダー」は、毎月の電気やガス等の使用量を記入し(ホームページからの入力もできます)、日々の生活の中で地球にやさしい暮らしをしているかどうか自己点検をしていただくことができます。



一人ひとりの省エネから地球にやさしい生活を始めよう!

問い合わせ 生活環境部総務課環境保全担当 ☎38-2051