

**保健と環境**

芦屋病院  
緯31-2156

**糖尿病教室**

2月10日(金)13時30分～15時 南病棟1階講義室 糖尿病と皮膚科・皮膚科・市原總子医師 岡栄養科

**健康教室**

2月15日(水)13時30分～15時 外来棟5階外科側ロビー 「がんシリーズ～肺癌～」腫瘍内科・古林孝保部長、呼吸器内科・城崎潔部長 岡総務課

**肝臓病教室**

2月24日(金)13時30分～15時 南病棟1階講義室 「肝硬変の症例」診療局・桐山和雄次長 岡栄養科

**芦屋病院マチナーコンサート**

2月26日(日)14時30分～15時30分 外来棟5階ホール サキソフォンとピアノのコンサート 西本淳(サキソフォン)、金澤佳代子(ピアノ) 岡総務課

**診療場所の変更と休診**

院内開業の工事に伴い歯科(口腔外科)は2月6日(月)より休診します。また、消化器内科、耳鼻咽喉科、専門外来(ペインクリニック、皮膚科)の診療場所が下記の通り変更になりますのでお知らせします。  
【消化器内科】1月30日(月)から内科へ  
【耳鼻咽喉科】2月7日(火)から外来棟5階へ(現在の消化器内科東側)  
【専門外来】2月7日(火)から外来棟5階へ(現在の消化器内科西側)  
なお、2月6日(月)の耳鼻咽喉科と専門外来の診察は休診します。

保健センター  
緯31-1586

**献血にご協力を**

2月5日(日)10時～13時 岩園小学校

**栄養指導講習会・高血圧予防教室**

血圧が少し高いと診断されたかた30人(要予約) 受講修了者は6カ月間、運動教室に無料で参加できます 上記へ

**講演会**

2月22日(水)13時30分～16時 医療センター 「血圧をうまくコントロールする食事療法・運動療法」「高血圧を予防する食事について」 岡あずみクリニック・安住吉弘氏/原管理栄養士

**運動教室**

2月23日(木)13時30分～16時 体育館・青少年センター 楽しく続けられるウォーキング～知っておきたい運動の効果と注意点～」 岡運動ができる服装、靴

**調理実習**

2月24日(金)10時～12時30分 市民センター料理室 「高血圧予防のヘルシー料理」 岡原管理栄養士他 600円(材料費) 岡エプロン、三角巾、ふきん

**呼吸器教室**

2月24日(金)13時30分～15時30分 講演「慢性呼吸器疾患の最新情報について」芦屋病院呼吸器内科・城崎潔部長 30人(要予約) 保健センター

**プレおや教室(母親学級)後期クラス**

3月8日(水) 22日(水)、13時30分～15時30分 「お産のはじまりとすすみ方」「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」 25人(要予約) 保健センター 母子健康手帳、テキスト(運動のできる服装) 前期未受講のかた・テキスト代200円 保健センター

芦屋健康福祉事務所  
緯32-0707

**アルコール依存症家族会**

2月10日(金)10時～12時 上記 アルコール問題で悩んでいる家族(要予約)

**あじさいの会(認知症老人家族会)**

2月20日(月)13時30分～15時30分 認知症のかたを介護している家族 託老希望のかたは事前に電話で上記へ

**兵庫県特定不妊治療費助成事業**

県では特定不妊治療(体外受精・顕微授精)を受けた夫婦に対し、治療費の助成をしています。通算3カ年度申請できます。県内に住所を有し法律上の婚姻をしている夫婦で、指定医療機関で特定不妊治療を受けたかたで、夫婦合算した前年の所得額が650万円未満で、治療終了後3カ月以内であること 1年度につき上限10万円(通算3カ年度限度) 健康増進課

**芦屋いずみ会**

「母と子の料理教室」～簡単ランチ編～ 2月7日(火) 15日(水)いずれも10時～12時45分(受付9時40分～) 2歳以上の幼児とその保護者、先着10組(応募が4組以下の場合は実施しません) 大人300円・子ども200円 岡エプロン、三角巾、手拭タオル は2月3日(金)までに は2月10日(金)までに、はがきかファクスで氏名、住所、電話番号を記入し右記へ 芦屋いずみ会事務局(332-0707/FAX38-1340 〒659-0065公光町1-23)

2月の燃やさないごみ  
収集カレンダー

環境処理センター (緯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	×印は非回収日
×	×	×	1	2	3	4	ビン
5	6	7	8	9	10	11	その他燃やさないごみ
12	13	14	15	16	17	18	カン
19	20	21	22	23	24	25	その他燃やさないごみ
26	27	28					ビン

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。  
1日...段ボール  
8日...雑誌・チラシ・その他紙類  
15日...ペットボトル  
22日...新聞紙・紙パック

**日曜・祝日救急当番医**

内科・小児科 9時～17時  
休日応急診療所 緯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  
2/3 平林医院(内・外) 緯22-3548  
2/10 なかむらに内科クリニック(内) 緯22-4592  
2/17 上田医院(内) 緯34-1878  
2/24 筋師医院(内・小) 緯23-0627  
3/3 松葉医院(内) 緯22-1641  
3/10 芦屋セントマリア病院(外・内・整) 緯23-1771

\*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(緯22-4040)

\*事前に各医療機関へお問い合わせください。

救急指定病院  
芦屋病院(内) 緯31-2156  
南芦屋浜病院(外・内) 緯22-4040

歯科 9時～12時  
芦屋市歯科医師会 緯23-6471  
2/5 宇賀歯科医院 緯22-4074  
2/11 上住歯科医院 緯34-1560  
2/12 岡歯科医院 緯22-0139  
2/19 小野歯科浜風診療所 緯23-6474  
2/26 きしだ歯科 緯22-1723  
3/5 木下歯科医院 緯31-1115

耳鼻咽喉科・眼科の急病診療  
診療日...日曜・祝日、9時～16時  
尼崎医療センター  
(緯06-6436-8701 尼崎市水堂町3-15-20)

2/1～3/5 健康カレンダー

保健センター

311586 阪神芦屋駅から北200m(公光町5-10)

内容	日時・会場	対象・経費・その他
BCG接種	3月1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(予約制)	20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	16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)	27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	7・28日13:00～13:45 会場 芦屋健康福祉事務所	H17.10.1～15生まれ (無料) H17.10.16～31生まれ
10カ月児健康診査	受託医療機関で実施	H17.4月生まれ(無料)
1歳6カ月児健康診査	9・23日13:15～14:00 会場 保健センター	H16.8.1～15生まれ (無料) H16.8.16～31生まれ
3歳児健康診査	2・16日13:15～14:00 会場 芦屋健康福祉事務所	H14.10.1～15生まれ (無料) H14.10.16～31生まれ
アレルギー相談(予約制)	6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)	17日13:00～14:00	小児を対象に医師による健診(無料)
歯周病予防教室	15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)
在宅寝たきり予防訪問指導	随時、保健センター にお申込みください	在宅で40歳以上の療養者(無料)
在宅寝たきり者歯科訪問指導		在宅で60歳以上の寝たきり、準ずる方(無料)
市民健康診査 (肺がん検診40歳以上)	3日 3月3日 9:30～10:30	16歳以上 胸部X線・血圧・検尿(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)	18年4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)	24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)	21日9:30～11:00	小児から高齢者まで生活習慣病他(無料)
健康相談(予約制)	7・28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)	2・9・13・16・20・23・27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(問診・視触診)	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 の午前中(1日5人まで) 会場 市立芦屋病院	40歳以上(2,800円) 往復はがきに、受診希望日の有無と住所・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・ベアスメーカー装着のかたは受診できません

市民健診、各がん検診(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) 3220707 国道2号線業平橋東へ150m

内容	日時	対象・経費・その他
親と子の心の健康相談 (予約制)	21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)
女性すこやか相談(予約制)	21日 13:30～14:30	妊娠・出産期のメンタルヘルス相談等(無料)
こころの相談(予約制)	8日 13:30～14:30	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(祝日除く) 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(祝日除く) 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)	3日、17日 13:00～13:30	検査項目、検査数により金額変動(有料)
HIV、HCV、Hbs検査 (予約制)	3日、17日 14:00～14:30	HIVのみ匿名検査は無料 証明書が必要な方は有料。検査数により金額変動
専門栄養相談(予約制)	7日、14日 10:00～12:00	専門栄養相談(無料)

「一人ひとりに 心がけてほしい省エネ」

2月は「省エネルギー月間」

お風呂は、お湯が冷めないうちに連続して入浴しましょう！  
年間のガス料金を約5,700円節減できます。



洗濯機を効率的に使用しましょう！  
洗濯物は容量の8割程度が効率的です。毎日洗うよりも、まとめて洗いましょう。  
残り湯を洗濯に利用すると、年間の水道料金を約5,000円節減できます。

金額は、使用方法・環境等によって変わりますので、おおよその目安としてください。

(内閣府Eコイ・Eドブツより)

問い合わせ 生活環境部総務課環境保全担当 緯38-2051