

●凡例…**日**日時(日程)、**所**会場・場所、**内**内容、**対**対象・定員、**講**講師、**出**出演、**費**費用(記載のない催しは無料)、**持**持ち物、**申**申し込み、**問**問い合わせ

くらしの情報ガイド **ア・ラ・カルト**

お知らせ

◆**芦屋市スポーツ賞表彰式**
 日 6月20日(土)13時30分～15時(受け付け13時～) 所 体育館・青少年センター大会議室
 平成26年度中に公認の県大会以上で3位以内(県大会は1位のみ)の成績を取めたかた 日 4月30日(木)までに申請書類を右記へ 所 スポーツ推進課(☎22-7910/〒659-0072 川西町15-3)

◆**就学奨励費の申請**
 所 芦屋市立の小・中学校に就学している児童・生徒の保護者で、経済的な理由により就学させることが困難なかたに対し、学用品・通学用品費、校外活動費などを援助
 所 ①生活保護受給者②児童扶養手当受給者③失業中のかた④世帯の年間所得額が基準額以下のかた 所 各学校へ申請 所 教育委員会管理課(☎38-2085)

◆**介護保険料の年金天引きによる仮徴収**
 所 各個人の保険料は、前年の所得に基づいて決定します。そのため、決定するまでは、前年度の2月天引き額と同額を、4・6月の年金から仮徴収し、保険料が決定した時点で本徴収することになります。 所 高齢介護課管理係(☎38-2046)

催し

◆**児童センターからのお知らせ**
 所 & 園 上宮川文化センター(☎22-9229/☎22-1659/〒659-0061 上宮川町10-5)
 【あそびひろば】

日 4月16日・23日(木)15時～16時 所 親子での自由遊び 所 1・2歳児(平成25年4月2日～平成26年4月1日生まれ)と保護者・16組 所 当日5分前から会場で【のびっこクラブ】

日 5月22日～平成28年2月・15時～15時45分(金・全25回) 所 各種運動あそび
 所 幼稚園児(年中・年長)・16人 所 村上雄紀氏(健康運動指導士) 所 年額2,500円
 所 はがきまたはファクスに、教室名・住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、4月30日(木)までに上記へ(窓口でも可)※応募多数は抽選・当選者のみ通知
 所 【子育てフリー相談】
 所 日・金の午前中 所 児童厚生員との個人面談 所 電話で上記へ

◆**エントランス・コンサートpart57**
 日 4月29日(水・祝)14時～ 所 保健福祉センター(エントランスホール)※車でのお来場はお控えください 所 【うりずんの風】のせて～三線・箏笛とともに～花/涙そうそう/アメージング・グレイスほか
 所 清村斉(順三線)・川杉圭子(箏笛)・隈本義子(ピアノ) 所 園福祉センター(☎31-0612)

◆**さわやか体操教室(介護予防事業)**
 日 5月8日～6月26日(金・全8回)10時～11時30分 所 アクティブライフ芦屋
 所 椅子等を使っての体操・バランス運動
 所 65歳以上のかた(要予約) 所 お茶・タオル・上靴 所 西山手高齢者生活支援センター(☎25-7681)

ラポルテ市民サービスコーナー

■**窓口ご利用時間**
 平日(月～金曜日) 午前10時～午後7時
 土曜・日曜・祝日 午前10時～午後5時
 ■**休業日** 4月16日(木)
 ■**交付内容** 住民票の写し、印鑑証明書、戸籍全部、個人事項証明書、市民税県民税課税証明書、固定資産課税台帳記載事項証明書など
 【ご注意】 印鑑証明は印鑑登録証が必要。
 土・日・祝日と、平日午後5時30分以降、本庁で確認が必要なものについては即時証明書などを発行できない場合があります。
 ※各種届け出・登録等の手続きは、市民課へ。

問い合わせ
 ラポルテ市民サービスコーナー ☎31-3130

◆**社会福祉協議会からのお知らせ**
 所 社会福祉協議会(☎32-7525)
 【認知症ワークショップ】
 日 5月11日(月)13時30分～16時 所 保健福祉センター(多目的ホール) 所 懐かしい記憶に働きかける「回想法」 所 神戸女子大学准教授・津田理恵子氏 所 上記へ
 【ファミサポ協力会員養成講座】
 日 ①5月18日(月)9時15分～11時30分②20日(水)③22日(金)④25日(月)⑤27日(水)⑥29日(金)・9時30分～11時30分(全6回)
 所 ①～④保健福祉センター(会議室1)・⑤～⑥同会議室2 所 発達・遊び・食事など子育てに必要な知識と保育の心を学ぶ
 所 育児援助を行う協力会員希望者・40人※託児あり(200円/回・先着10人・6カ月～) 所 & 園ファミリ・サポートセンター(☎25-0521)

◆**あしや市民活動センターの催し**
 所 & 園あしや市民活動センター(☎26-6452)
 【定例NPO相談(要予約)】
 日 毎週火・金曜日・10時～15時 所 NPO設立および運営相談ほか 所 電話で上記へ
 【登録団体向けパソコン無料相談(要予約)】
 日 毎週水曜日・10時～15時 所 電話で上記へ

講習・講座

◆**女性のためのワード活用講座**
 日 5月27日・6月3日(水)(全2回) ①10時～12時②13時～15時 所 チラシア案内作り※常設のパソコン(Windows 7・ワード2010)使用 所 両日受講できる女性①②各6人 所 各1,000円 所 はがきかファクスに、教室名・希望時間帯(①か②)・郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、5月14日(木)(必着)までに下記へ※応募者多数の場合は抽選。結果は受講者へのみはがきで通知
 所 & 園上宮川文化センター(☎22-9229/☎22-1659/〒659-0061 上宮川町10-5)

◆**危険物取扱者試験・保安講習**
 【第1回危険物取扱者試験】
 日 試験日・6月14日(日) 所 神戸市ほか7会場(願書は消防本部予防課で配布)
 所 甲種・乙種全類・丙種 所 ①郵送・持参…4月16日～28日までに、消防試験研究センター兵庫県支部へ②電子申請…4月25日までに同ホームページへ※写真(縦4.5cm×横3.5cm)は、受験票へ貼り付け
 所 園消防本部予防課(☎38-2098)
 【危険物取扱者保安講習】
 日 7月～平成28年2月 所 神戸市ほか(申請書は消防本部予防課で配布) 所 危険物取扱者 所 & 園【第1期】4月上旬～5月上旬【第2期】6月中旬以降に、財団法人兵庫県危険物安全協会(☎078-333-8032・http://www.eonet.ne.jp/~hyokikyoo/)へ※電話は執務時間内

◆**納期** 4月30日まで
 固定資産税・都市計画税(第1期分) / 課税課固定資産税係 ☎38-2017
 法人市民税・事業所税(決算月が2月の法人等) / 課税課管理係 ☎38-2015

「下水」の水質検査結果

試験項目	平成27年2月18日		平成27年3月4日		活性汚泥法処理による基準
	検	曇り	晴れ	曇り	
天候	曇	曇り	晴れ	曇り	
気温	16.8	17.9	17.0	16.4	
検水	流入水	処理水	流入水	処理水	
水温(℃)	16.8	17.9	17.0	16.4	
P	7.4	6.7	7.5	6.7	5.8～8.6
S	S(mg/ℓ)	61	4	100	3
BOD	D(mg/ℓ)	96	1.7	95	1.0
大腸菌群数(個/ml)	58,000	0	32,000	0	3,000以下
備考	前日曇り/雨	前日雨	前日雨	曇り	

用語の説明【PH】水素イオン濃度。酸性度を示し7が中性。7より大きいほどアルカリ性が、小さいほど酸性が強い。【SS】不溶性の固形物。水質汚染の原因になる。【BOD】生物化学的酸素要求量。数値が高いほど有機物が多い。

骨の健康を保つことが健康寿命をのばすことにつながるというところは存じでしょうが、骨粗しょう症は骨がもろくなり簡単に骨折しやすくなる病気と言われていています。しかし目に見えない病気であるがゆえに、自分は大丈夫だと思われる人も多いのではないのでしょうか。骨粗しょう症における患者数は1280万人で約10人に1人と言われています。しかし実際に治療されているのは約200万人と治療率が非常に低いのが現状で、特に女性ではホルモンの影響で閉経後から一気に増加し80代では約5割のかたが男性でも80代で2～3割のかたが骨粗しょう症だと言われています。骨粗しょう症では背骨や足のつねの骨折が多く、一度骨折すると再度骨折を生じるリスクが高くなります。骨折の連鎖が起きやすくなります。

また転倒による骨折の治療が長引くと身体機能が低下し要介護状態、寝たきりや寝たきり状態になる恐れがあります。骨粗しょう症が怖いのは転倒骨折がきっかけとなって寝たきりになり「健康寿命介護を受けることなく自立した生活を送ること」ができる期間を短くしてしまうことです。芦屋病院では平成27年4月から骨粗しょう症マネージャーというメディカルスタッフが生産しました。骨粗しょう症マネージャーは啓発活動とともに病院診療所など地域全体で連携を図りながら早期発見治療の向上を目指しています。既に諸外国ではこの有資格者を中心にシステムが運用されて効果を上げています。骨粗しょう症の予防や治療には栄養バランスのとれた食事、適度な運動はもとより、まずは発見するため定期的に骨密度を測ることが大切



リハビリテーション科 左:古野史子 右:岩出真穂

環境フリーマーケット出店者募集および開催案内

問い合わせ 環境施設課 ☎32-5391

家庭に眠る不用品や手作り品を有効活用することで、ごみの減量化や資源保護に対する関心を高めていただくことを目的としてフリーマーケットを開催します。

- 日 時 5月24日(日)午前10時～午後3時(雨天の場合中止) ※雨天中止の場合は、商工会ホームページで当日午前8時ごろに発表
- 会場 JR芦屋駅北側ペDESTリアンデッキ
- 出店料 1,000円
- 出店数 27店
- 申し込み 往復はがき(1店1枚)の往信面に住所・氏名・電話・ファクス・品物名を明記し、返信宛名面に自己宛先を記入し4月30日(木)必着で、芦屋市商工会(〒659-0065 公光町4-28)へ ※飲食物の販売はできません。出店者は市内在住者に限ります。
- 区画の抽選会 5月12日(火)午後3時から。返信はがきでご案内します。 ※遅刻および欠席の場合は、失格となります。



芦屋病院・骨粗しょう症マネージャー取得しました！
問い合わせ 芦屋病院 ☎21-156

お知らせ
 芦屋健康福祉事務所 ☎32-0707
 ●**指定難病医療費助成制度**
 日 1月1日より、「難病の患者に対する医療費等に関する法律」が施行され、110疾患の指定難病を対象とした医療費助成制度が始まりました。医療費助成の支給認定を受けるためには、申請の上、認定を受ける必要があります。 所 & 園上記(地域保健課)へ

●**小児慢性特定疾病医療費助成制度**
 日 1月1日より、「児童福祉法」が改正・施行され、704疾病を対象とした医療費助成制度が始まりました。医療費助成の支給認定を受けるためには、申請の上、認定を受ける必要があります。 所 & 園上記(地域保健課)へ

●**石綿健康被害救済制度について**
 所 石綿を吸入により中皮腫や肺がん、著しい呼吸機能障害を伴う石綿肺、著しい呼吸機能障害を伴うびまん性胸膜肥厚の健康被害を受けられて療養中のかたへの医療費、遺族への弔慰金等の救済給付(認定申請や審査が必要です) 所 & 園詳細は上記(地域保健課)へ

●**兵庫県特定不妊治療費助成事業**
 所 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、治療費を助成。治療1回につき助成上限額15万円(ただし、一部治療は7万5千円)※4月より、採卵から胚移植までの一連の治療の場合、兵庫県独自の助成を行います。 所 県内に住所を有する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られた、夫婦合算した前年の所得額が730万円未満のかた 所 & 園上記(地域保健課)へ

●**肝炎治療費助成**
 所 B型・C型慢性肝炎の早期治療を促進し肝硬変や肝がんへの進行を未然に防ぐ観点から、高額である肝炎インターフェロン治療、インターフェロンフリー治療および核酸アナログ製剤治療にかかる医療費の一部助成する制度です。 所 & 園上記(地域保健課)へ

●**芦屋いずみ会会員募集**
 所 いずみ会は地域住民のかたを対象とした食育活動を実践しているボランティア団体です。食生活改善に関心のあるかななどなでも入会できます。地域の食生活改善のために一緒に活動してみませんか? 所 上記(芦屋いずみ会事務局・地域保健課栄養士)へ

講座・相談
 芦屋病院 ☎31-2156
 ●**助産師による「おっぱい相談室」**
 日 毎週水曜日(要予約) 所 産婦人科外来
 所 妊婦・産後の母親 所 有料(栄養指導等別) 所 & 園3階東病棟(13時～16時)

保健センター ☎31-1586
 ●**コレステロール改善教室・糖尿病予防教室**
 日 5月15日～11月12日(全17回/相談3回・血液検査(木)3回・運動(金)11回)※5月15日(金)は説明会のため必須。その他日程変更等要相談。 所 過去1年間の健診結果等で脂質異常症の指標となるLDL 120mg/dl以上もしくは糖尿病の指標となるHbA1c 5.6%以上6.5%未満(NGSP値)で服薬中・治療中でない40歳から64歳までの市民のかた・先着10人(要予約) 所 & 園& 園5月8日(金)までに上記へ

身体障がい者移動相談
 ■日 時 4月24日(金)午前9時～正午 ■会場 西宮市役所東館8階 ■対象 身体障害者手帳所持の肢体不自由のかた・障害者総合支援法の対象疾病に該当するかた
 問い合わせ 障害福祉課 ☎38-2043/☎38-2178

健康カレンダー

※料金の明記がないものは無料
 ※対象の明記のない場合は、芦屋市民対象
 ※各がん検診(前立腺がんを除く)は70歳以上免除<要認印>
 市民税非課税世帯に属するかた(事前に保健センターに申し出が必要)は免除

事業名	日時<会場>	対象・費用・その他	問い合わせ
子育て関係			
母子健康手帳	月～金曜日・9時～17時30分	医療機関で妊娠と認められたかた	保健センター
こんにちは赤ちゃん訪問事業	随時	生後4カ月児までの赤ちゃんの身体計測・育児相談	
4カ月児健康診査	28日(火)12時45分～13時45分	平成26年12月16日～31日生まれ	
3歳児健康診査	16日(木)12時45分～14時	平成24年3月16日～31日生まれ	
育児相談	5月20日(水)9時30分～10時30分	乳児の身体測定・子育て相談等/母子健康手帳持参 食物アレルギーが心配な乳幼児の食事相談やスキンケアの方法等 【要予約】	
アレルギー相談	5月11日(月)9時30分～11時	妊娠中の食事・離乳食・幼児食に関する相談 【要予約】	
母子栄養相談	21日(火)9時30時～11時	妊娠中の食事・離乳食・幼児食に関する相談 【要予約】	
歯の無料相談・健診	15日(水)13時～14時45分<歯科センター>	子ども対象	

予防・健康づくり			
がん検診	乳がん検診・個別(マンモグラフィ併用)	【芦屋病院】☎31-2156 月～金・午前中 【まさい乳腺クリニック】☎22-2800 診療時間内	40歳以上の女性/マンモグラフィ・視触診(2,000円)※2年に1回<豊胸術・ベースメーカー装着・妊娠中・授乳中のかたは不可> 【要予約】
	乳がん検診(問診・視触診)	診療時間内/午前中<医療機関>	30歳～39歳の女性/2年に1回(400円)
	子宮頸がん検診	※予約が必要な医療機関あり	20歳以上の女性/2年に1回(1,000円)
	肺がん検診	5月13日(水)13時～13時30分	40歳以上/かく痰検査(希望者900円)/65歳以上結核検査含む/年1回 【要予約】
	胃がん検診	4月以降の予約受け付け中	35歳以上(血縁者に胃がんのかたがいれば30歳以上)胃X線直接撮影/年1回(2,500円) 【要予約】
検(健)診・相談等	前立腺がん検診	5月7日(木)11時～11時30分	50歳以上の男性/P・S A検査(1,000円) 【要予約】
	大腸がん検診	随時受け付け/毎週(火)午前中提出	40歳以上/便潜血反応検査(2日法)/年1回(800円)
	アスベスト検診	22日(水)13時～13時30分	希望者/問診・胸部レントゲン 【要予約】
	肝炎ウイルス検診	5月7日(木)11時～11時30分	40歳以上/未受診者(1,000円) 【要予約】
	健康チェック	5月以降の予約受け付け中	市内在住・在勤の30歳以上/3時間人間ドック(9,000円)【受診1週間前までに要予約】
衛生検査	歯の無料相談・健診	15日(水)13時～14時45分<歯科センター>	成人対象/40歳以上のかたのみ歯周疾患検診あり
	健康相談	24日(金)午前・5月7日(木)午後	成人対象/医師による相談 【要予約】
	栄養相談	21日(火)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】
高齢のかた・介護の必要なかた等	保健相談	随時	保健師による生活習慣病の予防等 【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/労働安全衛生に基づく健康診査 【要予約】
	検便(赤痢菌等)	毎週月曜日・火曜日(祝日除く)9時～11時45分	1検体につき480円 1検体につき5,100円 項目で異なる 【要予約】
水質検査	水質検査(一般9項目)	毎週月曜日・火曜日(祝日除く)9時～11時45分	芦屋健康福祉事務所
	水質検査(特殊項目)		
在宅寝たきり予防訪問指導 随時 在宅で40歳以上の療養者 保健センター			
在宅寝たきり者歯科訪問診療 随時 在宅で寝たきりのかた 歯科医師会(☎23-6471)			

店舗等の事業系のごみについて

店舗等からの事業系ごみは、ごみの大小・多少を問わず、家庭ごみステーションに出すことができません。環境処理センターに直接持ち込むか、市に登録をしている許可業者に運搬委託をして、適正に処理をしてください。また、産業廃棄物は、専門の業者による処理が必要です。

問い合わせ 環境施設課 ☎32-5391

レジ袋の削減にご協力ください
マイバッグでお買い物

限られた資源の保護と環境への負荷の軽減、また、ごみの減量化を図るため、行政・事業者・消費者が一体となったレジ袋の削減を推進しています。買い物袋(マイバッグ)でのお買い物にご協力ください。

ラポルテ市民サービスコーナー
 ■窓口ご利用時間
 平日(月～金曜日) 午前10時～午後7時
 土曜・日曜・祝日 午前10時～午後5時
 ■休業日 4月16日(木)
 ■交付内容 住民票の写し、印鑑証明書、戸籍全部、個人事項証明書、市民税県民税課税証明書、固定資産課税台帳記載事項証明書など
 【ご注意】 印鑑証明は印鑑登録証が必要。
 土・日・祝日と、平日午後5時30分以降、本庁で確認が必要なものについては即時証明書などを発行できない場合があります。
 ※各種届け出・登録等の手続きは、市民課へ。
 問い合わせ
 ラポルテ市民サービスコーナー ☎31-3130

「下水」の水質検査結果 下水処理場 ☎32-1291
 試験項目 試験日 平成27年2月18日 平成27年3月4日
 天候 曇 曇り 晴れ
 気温 16.8 17.9 17.0 16.4
 検水 流入水 処理水 流入水 処理水
 水温(℃) 16.8 17.9 17.0 16.4
 P 7.4 6.7 7.5 6.7 5.8～8.6
 S S(mg/ℓ) 61 4 100 3 70以下
 BOD D(mg/ℓ) 96 1.7 95 1.0 20以下
 大腸菌群数(個/ml) 58,000 0 32,000 0 3,000以下
 備考 前日曇り/雨 前日雨
 前日曇り 前日雨
 用語の説明【PH】水素イオン濃度。酸性度を示し7が中性。7より大きいほどアルカリ性が、小さいほど酸性が強い。【SS】不溶性の固形物。水質汚染の原因になる。【BOD】生物化学的酸素要求量。数値が高いほど有機物が多い。

公民館講座 受講生募集

〈初心者向け〉パソコン講座 パソコンを楽しもう
 ■日 時 5月15日～6月5日(金・全4回)午前9時30分～11時30分 ■会場 市民センター201室
 ■内容 パソコンの基本操作、ワードで文書作成、インターネットを楽しもう ■対象 Windows8.1でワード2013か2010のソフトが入っているノートパソコンを持参できる初心者のかた・16人
 ■講師 ACパソコン倶楽部 ■受講料 1,600円
 ■申し込み ①講座名 ②住所 ③氏名
 ④電話番号を記入し、はがきかファクスで、4月30日(木)までに下記へ
 問い合わせ 公民館 ☎35-0700/☎31-4998 (〒659-0068 業平町8-24)

保育所・小学校の給食の放射能検査結果について 問い合わせ
 子育て推進課 ☎38-2128 / 学校教育課 ☎38-2087

■3月の検査結果

	給食提供期間	測定結果(ベクレル/kg)		
		ヨウ素131	セシウム134	セシウム137
打出保育所	2月27日～3月5日	検出せず(0.69>)	検出せず(0.88>)	検出せず(0.73>)
こばと保育園		検出せず(0.56>)	検出せず(0.82>)	検出せず(0.62>)
こばとぼっぼ保育園		検出せず(0.66>)	検出せず(0.80>)	検出せず(0.93>)
新浜保育所	3月6日～12日	検出せず(0.75>)	検出せず(0.87>)	検出せず(0.67>)
浜風夢保育園		検出せず(0.65>)	検出せず(0.83>)	検出せず(0.66>)
大東保育所		検出せず(0.59>)	検出せず(0.77>)	検出せず(0.78>)
潮見小学校	3月2日～6日	検出せず(0.59>)	検出せず(0.59>)	検出せず(0.85>)
浜風小学校		検出せず(0.65>)	検出せず(0.88>)	検出せず(0.68>)

◆平成26年度4～2月の検査結果は、ホームページ上でご覧いただけます。
 ◆平成27年度の検査日程および結果についてはホームページ上のみ掲載します。

※ベクレルとは、放射性物質が放射線を出す能力の強さを表す単位です。測定値が検出限界値以下の場合にはそれぞれの検査の検出限界値を示した上で、「検出せず」としています。
 【例】(0.64>)は、0.64ベクレルが検出限界値であることを示しています。