

# Life&Health

## 芦屋健康福祉事務所

所 & 問 芦屋健康福祉事務所地域保健課 ☎32-0707/FAX38-1340

【HIV・梅毒・肝炎検査(要予約)】

日 9日(水)午後1時30分～2時(匿名検査・無料)実施予定

【①こころのケア相談・アルコール問題相談②難病等の専門栄養相談・食品表示の相談(要予約)】

日 ①15日(火)午後1時～2時②22日(火)午前10時～正午

【各種衛生検査】

日 毎週月・火(祝日除く)午前9時～11時45分 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③項目で異なる(要予約)

## 大腸がん検診の簡単申し込み

日 11月より大腸がん検診の簡単申し込み(コンビニ等での振込)が始まります。便潜血検査の検体を郵送での提出は控え、下記への持参にご協力ください。持参が難しい場合は下記へ申下記または兵庫県予防医学協会078-856-2211へ所 & 問 保健センター ☎31-1586

## 11月8日はいい歯の日



日 11月4日～10日 無料健診と相談を行います。年に1度は健診を受けましょう所 & 問 芦屋市歯科医師会各診療所(要予約) 問 芦屋市歯科医師会 ☎0797-23-6471

## 健康講座

日 11月17日(木)午後2時～3時 所 & 問 芦屋医師会(先着20人)・オンライン(100人) 日 おしっこのはなし 日 11月15日(火)までに2次元コードが右記へ 問 芦屋市医師会 ☎32-2000

## テーピング講習会

日 11月19日(土)午前9時30分～11時 日 自分でテーピングが巻けるようになります 日 16歳以上・20人 日 持はさみ費500円(材料費) 所 & 問 保健センター・青少年センター ☎31-8228

## 健康ウォーキング



日 11月26日(土)午後4～午後5時30分 日 ウォーキングとエクササイズ 日 50人 日 持動きやすい服装・室内シューズ 日 費500円 所 & 問 保健センター・青少年センター ☎31-8228

## 健康チャレンジ教室

日 12月5日～令和5年6月 日 運動講座・相談・血液検査 ※12月5日(月)は説明会のため必須 日 人 服薬中・治療中でない40歳～64歳の市民で、過去1年間の健診結果等の数値がいずれかにあてはまる人・先着10人(要予約) 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 日 11月25日までに下記へ 所 & 問 保健センター ☎31-1586

## 女性の健康セミナー

日 12月10日(土)午後2時～3時30分 日 内 キレイで動ける身体になるための自身のケアについて助産師からアドバイス 日 人 30代～50代の女性・先着30人(要予約) ※一時保育: 6人・300円・0歳6カ月～未就学児(要予約) 日 申 右記2次元コードへ 所 & 問 男女共同参画センター ☎38-2023

## 救急医療

### 救急・休日の診療

マスク着用必須。発熱者は必ず事前に連絡してください。

#### 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)  
日曜・祝日・年末年始 午前9時～午後5時

#### 休日夜間急病診療所(耳・眼)

☎06-6436-8701(尼崎市水堂町3-15-20)  
日曜・祝日 午前9時～午後4時  
土曜 午後6時～8時30分(耳鼻咽喉科のみ)  
年末年始 午前9時～翌朝5時30分

#### 神戸子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 曜 午後2時30分～翌朝6時30分  
日曜・祝日・年末年始  
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)

日曜・祝日・年末年始 午前9時～11時30分

#### 急な病気やケガで救急や病院に迷ったら

救急安心センター ☎ #7119(年中無休) ※IPS電話 ☎078-331-7119

### 11月夜間当番医(金曜日・午後8時～11時)

4日 芦屋たいらクリニック(内・循) ☎38-7291 / 11日 メイプル子どもクリニック(小) ☎25-0911 / 18日 ペインクリニック芦屋ピッコロ診療所(内) ☎25-1347 / 25日 有田クリニック(内・循) ☎23-3000

## 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・12月14日午後1時	40歳以上/年1回(無料)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	12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】
大腸がん検診	随時受付(毎週火曜・木曜の午前中に提出)	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	12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	[芦屋病院] ☎31-2156 毎週月～金曜日の午前中 [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・授乳中の人は不可【要予約】
集団 乳がん検診	18日・21日・27日・12月9日・12日・13日午前(検診車・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	12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	12月2日・9日・12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	11月25日午後1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)	12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	12月21日午後1時～2時30分 (歯科センター)	市内在住・在勤者(40歳以上には歯周病検診あり)【保健センターまで要予約】
特定健康診査(集団)	15日・18日・21日・22日・27日・12月9日・12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)【受診日の2週間前までに要予約・WEB予約可】
特定健康診査(個別)	市内実施医療機関 診察時間内	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	10日午後・18日午前・29日午後・12月1日午後	成人/医師による健(検)診結果の相談【要予約】
栄養相談	8日・29日・12月6日午前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】
保健相談	25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  
◆各がん検診(前立腺がんを除く)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(要被保険者証)・市税非課税世帯に属する人(事前に保健センターに申し出が必要・要本人確認書類)は料金が免除となります。

申し込み・問い合わせ

保健センター(保健福祉センター3階) ☎31-1586/FAX31-1018(呉川町14-9)

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 費用(記載のない催しは無料) 申申し込み 問問い合わせ

## ごみの「減量化」「資源化」促進に関する Q & A

Q プラスチックの分別はしないの?

A 建替の基本計画の中で現在検討中です

プラスチックを分別すると、排出される温室効果ガスは減少しますが、分別・収集・処理方法などに課題があります。現在、環境処理センターの建て替えに向けた施設整備基本計画検討委員会の中で、さまざまな観点から考察・検討を進めています。進捗状況は市ホームページでお知らせします。

問い合わせ 環境施設課 ☎32-5391

