

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/☎38-1340

【HIV・梅毒・肝炎検査(要予約)】

日 10日・24日(水)午後1時30分～2時(匿名検査)

【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 ①16日(火)午後1時～2時②23日(火)午前10時～正午

【各種衛生検査】

日 毎週月・火(祝日・1日～3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③項目で異なる(要予約・相談)

健康ウォーキング教室



正しく、良い姿勢での歩き方を楽しく学びましょう。老若男女問わず参加できます。

日 1月8日(月・祝)午前10時～11時30分 人30人 費500円 持ちやすい服装・上靴 申 窓口または電話で右記へ 所 & 問 体育館・青少年センター ☎31-8228

健康チャレンジ教室

日 1月22日～7月 内 血管年齢測定・相談3回・該当項目の血液検査あり ※1月22日(月)は必須。その他日程等は要相談 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①～③のいずれかに当てはまる人・先着10人 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 申 1月4日～12日までに下記へ 所 & 問 ども家庭・保健センター ☎31-1666

姿勢カルテ



第一生命保険株式会社と協力し高齢者の方に向けて姿勢測定などの健康測定を開催します

日 1月24日(水)正午～午後4時 所 老人福祉会館 人 65歳以上 申 直接会場へ 問 高齢介護課 ☎38-2044

セルフテーピング講習会



実用的で難易度の高い足首の巻き方を学びます

日 1月20日(土)午前10時～11時30分 所 体育館・青少年センター2階大会議室 人 16歳以上・20人 師 スポーツインテリジェンス 費 500円(テーピング代) 持 はさみ 申 窓口・電話で下記へ 問 体育館・青少年センター ☎31-8228

災害時に役立つお口のケア



災害時に避難所等への避難を余儀なくされた時の口腔機能のケアについてお伝えします

日 1月24日(水)午前11時30分～午後0時30分 人 65歳以上の人・支援者・先着25人 持 タオル・上靴・飲み物 所 & 問 介護予防センター ☎31-0628

救急医療

救急・休日の診療(12月29日～1月3日も受診できます)

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
- 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
- 神戸子ども初期急病センター(小)
 - ☎078-891-3999(HAT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
- 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

1月夜間当番医(金曜日・午後8時～11時)

5日 ペインクリニック芦屋ピッコロ診療所(内) ☎25-1347 / 12日 有田クリニック(内・循) ☎23-3000 / 19日 重信医院(内・小) ☎31-2480 / 26日 ふじクリニック(内・循) ☎31-7373

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)	2月21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】 必要なのは痰検査(900円)
胃がん検診 (胃部X線撮影)	1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度(4,300円)【要予約】
大腸がん検診	随時受付(毎週火曜の午前中 または郵送提出)	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	2月2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 毎週月～金曜の午前中 [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 (マンモグラフィー)	20日午前検診車(潮芦屋交流 センター) 2月25日午前(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	10日・2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	2月2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	19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)	2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	17日・2月21日午後1時～2時 45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) 症状がなく、かかりつけ歯科医院がない人 対象【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	11日午後・23日午後・26日午前	成人/医師による健(検)診結果の相談 【要予約】
栄養相談	9日・23日・2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	30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すべてども家庭・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 ◆ども家庭・保健センターにて実施の検(健)診はWEB予約可 ◆各が
ん検診(前立腺がん・胃がん(内視鏡検査)検診を除く)は、70歳以上または後期高齢者医療制
度に参加している人(要被保険者証)は料金が免除となります。また、各がん検診(前立腺がん
検診を除く)は市民税非課税世帯に属する人(事前にども家庭・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 ども家庭・保健センター健康増進係(保健福祉センター3階)
☎31-1586/☎31-1018(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
費費用(記載のない催しは無料) 申申し込み 問問い合わせ

献血のお知らせ

- 日時 1月12日(金)午前10時～11時30分
午後0時40分～4時
- 場所 市役所北館ロビー

問い合わせ ども家庭・保健センター☎31-1586