

Life&Health

太極拳体験イベント



基礎的な動きを行います。経験者も歓迎

日5月18日(土)午後3時～4時 **人**18歳以上・20人 **費**500円 **持**動きやすい服装・靴 **所**&**申**&**問**シンコースポーツ体育館・青少年センター **☎**31-8228

芦屋健康福祉事務所

所 芦屋健康福祉事務所

【HIV・梅毒・肝炎検査(要予約)】

日8日・22日(水)午後1時30分～2時 (匿名検査) **問**地域保健課 **☎**26-8152

【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①21日(火)午後1時～2時②28日(火)午前10時～正午 **問**地域保健課 **☎**26-8152

【各種衛生検査】

日毎週月・火(祝日除く)午前9時～11時30分 **問**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) **問**企画課 **☎**26-8159

65歳からの栄養と運動講座



フレイル予防のための食事や椅子に座ってできる運動を学びましょう

日5月23日(木)午後1時30分～2時30分 **人**65歳以上・15人 **持**筆記用具・動きやすい服装・飲み物 **所**&**申**&**問**シンコースポーツ体育館・青少年センター **☎**31-8228

40歳・50歳・60歳の

歯科健診(節目健診)

40歳・50歳・60歳の人へ歯科健診(節目健診)の受診券を対象の方に5月末に送付します。この機会に歯科健診を受けましょう。

日6月～令和7年3月 **持**40歳・50歳・60歳の歯科健診(節目健診)受診券 **所**&**申**節目健診実施歯科医療機関 **問**子ども家庭・保健センター **☎**31-1586

健康チャレンジ教室

日6月17日～12月 **内**血管年齢測定会、相談3回・希望により血液検査あり※6月17日(月)は説明会のため必須。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(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**5月1日～6月3日に下記へ **所**&**問**子ども家庭・保健センター **☎**31-1586

健康講座「音楽療法」

音楽を通じて、脳を活性化し認知症予防につなげる

日6月18日(火)午後1時15分～2時30分 **人**60歳以上・先着15人 **日**5月29日(水)午前9時30分から電話で下記へ(30日以降は平日午前9時～午後5時) **所**&**問**上宮川文化センター **☎**22-9229

健診で身体の状態をチェック

75歳以上の人は後期高齢者医療健康診査を受診し、自身の身体の状態を確認しましょう。令和6年度の後期高齢者医療健康診査の受診券を4月下旬に送付しています。

【検査内容】問診・身体計測・尿検査・血液検査(糖代謝・血中脂質・肝機能・腎機能)血圧測定・診察※医師の判断により貧血検査・心電図・眼底検査を実施する場合があります。

日5月7日～12月14日の各医療機関の診療時間中 **所**健診実施市内医療機関 **人**令和6年4月1日時点で次のいずれかに該当する人▶後期高齢者医療制度に加入している方▶芦屋市国民健康保険以外の保険に加入している74歳の人 **申**電話で各健診実施市内医療機関へ **問**子ども家庭・保健センター **☎**31-1666/保険課 **☎**38-2037

禁煙週間のお知らせ



禁煙に取り組むと比較的短期間でも身体に効果が現れます。禁煙に取り組もうとする方のサポートをしていますのでご相談ください。

日6月3日～7日 **所**&**申**&**問**子ども家庭・保健センター **☎**31-1586

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(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

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

5月夜間当番医(金曜日・午後8時～11時)

10日 鈴木小児科(小) **☎**34-0766/ 17日 野村医院(内) **☎**22-5505/24日 松村内科クリニック(内) **☎**31-0813/ 31日 長澤クリニック(内・消) **☎**25-0075

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)	22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】 必要な人はかく痰検査(900円)
胃がん検診(胃部X線撮影)	5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回(4,300円)【要予約】
大腸がん検診	随時受付(毎週火曜の午前中)	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	10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	30日午前検診車(子ども家庭・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	8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	10日・30日・6月6日・10日・14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	17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)	6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	15日・6月19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【子ども家庭・保健センターまで要予約】
特定健康診査(集団)	30日午前	40歳以上の国民健康保険加入者(受診券のある人)※社会保険加入者は、お問合せください【要予約・WEB予約可。健診日約2週間前に締め切り】
特定健康診査(個別)	市内実施医療機関診療時間内	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	9日午後・21日午後・24日午前	健・検診結果に関する医師による成人の相談【要予約】
栄養相談	7日・21日・6月4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	31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子ども家庭・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 ◆子ども家庭・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加入している人(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)は市県税非課税世帯に属する人(事前に子ども家庭・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 子ども家庭・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