

市政情報

求人・募集

セミナー

カレンダー

公民館

発表・鑑賞

健康

相談の案内

福祉者

子育て

コラム

ニュース



意外と知らない

# 体の話

川西市医師会ホームページ  
http://www.kawamed.or.jp/indexpc.html

心房細動は、不整脈の中でも最も多くみられ、日本においては推定で約200万人、約60人に1人罹患していると言われています。

脈の乱れや動悸を主訴としますが、無症状の人も多く見受けられます。

心房が細かく震えるようになり、血液がよどんで血栓がつけられ、この血栓が心臓から流れ出し脳に詰まると、脳梗塞を引き起こすのです。

そのため、心房細動がある人は、そうでない人に比べて、脳梗塞は約5倍、心不全は約4倍起こりやすくなるということです。

心房細動による脳梗塞は重症化しやすいといわれており、社会復帰できたのは約30%にとどまっています。

診断は心電図で行いますが、定年退職後は心電図をとる機会が減ります。特定健診においても基本的にはとりません。

そのため、健康な人が、ある日突然脳梗塞を発症して、心房細動が見つかることがあります。

心房細動のある75歳以上の人は、高血圧や糖尿病などの合併症の有無に関わらず、抗凝固剤内服が推奨されています。

75歳以上になったら、定期的に心電図を受ける事をお勧めします。

最後に、根治治療（カテーテルアブレーション）は最近安全性や確実性がさらに向上しており、この北摂地区においても多数の病院で治療が受けられるようになっています。またご相談ください。

(市医師会 小田垣正言)

## 心房細動の早期発見のために

### 11月 健康カレンダー

保健センター ☎(758)4721 (\*項目に色のついてる検・健診は、1年度に1回の受診となります)

項目	対象	日	受付時間	内容
半日人間ドック ※オプション検査あり	18歳以上	月・火曜日	9:00~9:30	14日前までに予約を。市内34,800円、市外38,800円
一般健康診査① 健康保険証持参	18~39歳			
特定健康診査 受診券、健康保険証持参	40(※)~74歳 ※30年3月31日までに40歳に達する人	火・金曜日 ※第1・3・5火曜日は無料歯科健診・相談あり。	12:45~14:20	問診、診察、身体計測、血液検査、尿検査。一般健康診査は1,000円、特定健康診査は医療保険者が定める負担額。(予約制) ※特定健康診査の心電図・眼底検査は、医師の指示などにより実施
後期高齢者健康診査 後期高齢者被保険者証持参	75歳以上など	特定健診の眼底検査は金曜日のみ実施		
肝炎ウイルス検診①	40歳以上の未受診者やハイリスク者など			血液検査など。予約制。1,000円。原則、特定・後期高齢者健康診査とセットで実施
前立腺がん検診②	50歳以上の男性			胸部X線撮影など。予約制。500円
肺がん検診①② 結核検診	40歳以上 65歳以上			胸部X線撮影など。予約制
胃がん検診①②	35歳以上	金曜日	9:00~10:00	胃部X線撮影など。予約制。1,000円
大腸がん検診①②	40歳以上	月~金曜日	9:00~17:30	直接センターへ。500円
子宮頸がん検診①②	20歳以上の女性	水曜日	13:30~14:30	細胞診など。予約制。1,000円
骨粗しょう症検診	40歳以上の女性	水曜日	12:45~14:30	X線(デキサ法)検査、栄養相談。予約制。1,000円
乳がん検診①	40歳以上の女性	2・16日(木)	9:00、9:30、13:00、13:30、14:00	乳房X線検査など。予約制(隔年度受診)。1,000円

\*来月以降の乳がん検診の日程は、保健センターへ問い合わせてください(乳がん検診は隔年度受診のため、28年4月1日から29年3月31日までに受診した人は対象となります)  
\*「半日人間ドック」は、40歳以上の市国民健康保険加入市民、75歳以上などの後期高齢者医療制度保険加入市民には、料金一部助成制度があります。予約時に助成の手続きを確認してください(オプション検査は助成対象外)  
①=世帯全員が市民税非課税の人、生活保護世帯、70歳以上などの人は無料になります。予約時に申し出を  
②=満40歳以上の市国民健康保険加入市民は、無料になります(前立腺がん検診は満50~74歳)。健康保険証を持参  
※オプション検査の内容…胸部CT検査11,000円、骨密度検査1,000円(別途料金がかかります)

項目	対象	日	受付時間	内容
健康相談会	保健センターの一般・特定・後期高齢者健康診査を受けた人	22日(水) 2日(木)・21日(火)	10:00 13:30、14:30	予約制。健診結果に基づき生活習慣を振り返り、生活習慣病予防のために保健師・管理栄養士などが改善支援

予防歯科センター ☎(759)3171

項目	対象	日	受付時間	内容
市民歯科健診	18歳以上	9日(木)	13:30~14:00	むし歯や歯肉の検診。予約制
歯科相談	希望者	30日(木)	13:30~14:00	予約制

救急・休日診療(いずれも応急診療のみ)

施設名	診療科目	受付時間
応急診療所(保健センター) ☎(759)8711	内科 (15歳以上、中学生は除く)	日曜・祝日・年末年始(12/30~1/3) 10:00~11:30、13:00~16:30
ふれあい歯科診療所(ふれあいプラザ1階) ☎(758)7388	歯科	日曜・祝日・年末年始(12/30~1/3) 10:00~12:30
休日夜間急病診療所(尼崎市水堂町3-15-20) ☎06(6436)8701	眼科・耳鼻咽喉科	日曜・祝日 9:00~16:00 年末年始(12/29~1/3) 9:00~翌朝5:30 土曜 18:00~20:30(耳鼻咽喉科のみ)

市立川西病院 ☎(794)2321

※30年3月末まで予約がいっぱいのため、キャンセル待ちとなります

項目	内容	オプション
人間ドック 毎月~金曜日 ※いずれも予約は1カ月前までに同病院へ	一般健診コース 43,200円 生活習慣病コース 70,200円	(1)レディース検診 ①婦人科検診(内診、細胞診、エコー)4,320円②乳がん検診(乳房触診、マンモグラフィ)5,400円③総合レディース検診8,640円 (2)肺がん精密検診(胸部CT)12,960円(一般健診コース) (3)脳精密検診(脳ドック)30,240円(一般健診コース)24,840円(生活習慣病コース) (4)胃がん予防検診5,400円 (5)骨密度測定2,160円

県伊丹健康福祉事務所(各相談窓口の電話へ予約を)

項目	対象	日	受付時間	内容
こころのケア相談 ☎(785)7874	希望者	13日(月)	13:30~15:00	精神科医師による心の相談
エイズなど相談 ☎(785)2371	希望者		随時	エイズなど性感染症の相談
専門栄養相談 ☎(785)7861	希望者	27日(月)	13:30~15:30	難病・慢性疾患などの栄養食事相談
アルコール相談 ☎(785)7874	希望者	12月13日(水)	13:00~15:00	精神保健福祉士による相談

市役所への郵送は、〒666-8501と課・室名で届きます。料金表示のないものは無料。記載がない場合、☎その他 ☑申し込み(郵便便で) ☑電話で ☑ファクスで ☑webから ☑E-mailで ☑窓口のみ ☑先着順 ☑特定員超過の場合は抽選) ☑お問い合わせ ☑電話番号 ☑ファクス番号 ☑ホームページ ☑E-mail

## 歯にいいこと始めてみませんか? いい歯の日啓発事業

問合せ 市歯科医師会 ☎(757)5868

### 11月3日(祝) 予防歯科センターなど 主催：市歯科医師会

「いい歯の日(11月8日)」にちなみ、次の通り開催します。

#### 歯科検診

☑午前10時~午後1時(受け付けは0時半まで)▷☑予防歯科センター、パレットかわにし、清和台公民館、東谷公民館、加茂ふれあい会館、多田東会館

#### 講演会

テーマは「笑いは百薬の長—ユーモア療法の歴史と現在」。講師は関西大学教授で日本笑い学会会長の森下伸也さん。  
☑午後2時~4時▷☑予防歯科センター

川西南中学校。11月10日(金)午前10時~11時45分、午後1時~4時・市役所。11月11日(土)午前10時~正午、午後1時15分~4時・北陵公民館。11月18日(土)午前10時~正午、午後1時15分~4時・イズミヤ多田店。11月23日(木)午前9時15分~11時半、午後0時45分~3時半・明峰小学校。午前10時~11時半、午後0時半~3時・川西小学校。11月26日(日)午前9時半~正午、午後1時15分~3時・東谷小学校  
【健康運動体験教室】  
11月16日(水)午後1時20分~3時半▷☑講話と着座でのリズム体操など(医師の運動許可がある人。体調により見学も)▷☑定25人▷☑申込11月1日(水)から  
【生活習慣病予防教室】  
テーマは「脂質異常症」と「おとなの歯と口の健康」。  
11月27日(月)午後1時20分~3時半▷☑簡単な病態の説明や食生活について▷☑定30人▷☑申込11月1日(水)から  
【Let's「きんたくん」健康体操】  
11月8日(水)午後2時半~3時半・22日(水)午前10時半~11時半▷☑場総合体育館▷☑他タオ

特定年齢の人に送付している、乳がん・子宮頸がん検診の費用が無料になるクーポン券。期限は乳がん検診が30年3月30日(金)、子宮頸がん検診が3月28日(水)まで。29年4月1日からクーポン券が届くまでに市のがん検診を受診した人の自己負担金の還付手続きは、30年3月30日までです。

## 健康

歯と口の健康セミナー  
テーマは「だ液のふしぎ」と「笑顔健口体操」。  
12月14日(木)午前10時~11時半▷☑予防歯科センター▷☑市歯科医師会の八木由起子さん▷☑定30人▷☑申込11月1日(水)から同センターへ▷☑問合せ(759)3171

いしらの科学研究の現状と今後の展望」▷☑定100人▷☑電話番号を書き、東洋食品工業短期大学へ▷☑問合せ(759)4221・☎(758)6959・http://www.toshoku.ac.jp/  
保健センター  
☎(758)4721  
【11月の献血日】  
11月5日(日)午前10時~正午、午後1時15分~3時・清和台南小学校。午前9時45分~正午、午後1時~3時半・

## Let'sウォーキング in キセラ川西

問合せ 健康政策室 ☎(758)4721

きんたくん健康体操や、大阪成蹊短期大学准教授の臼井達矢さんによる同体操ウォーキング編ミニ講座と実践、健康遊具の活用方法の説明、血管年齢測定など(測定は先着25人。午後0時45分から整理券配布)を実施。  
☑11月29日(水)午後1時~2時半(雨天中止)▷☑キセラ川西せせらぎ公園▷☑予約不要。タオルと飲み物持参

アステ川西 イベント情報 \* ASTE KAWANISHI EVENT INFORMATION

地元の愛好家の方々が育てた菊花を展示。バラエティ花壇もお楽しみに!

### 川西菊花展

11月1日(水)~6日(月)

■各日 午前10時~午後8時  
■1階 びゅう広場

会場にてアンケートにお答えください

毎日先着30名様に花のタネをプレゼント。

この事業は「平成29年度兵庫県商店街支援(商店街元気づくり)事業」の助成を受けています。

協賛:川西市商工会 次のお休みは11月21日(火)。(一部店舗を除く) \*イベントの内容は都合により変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください。 \*詳しくはWebサイトで、www.astekawanishi.com

奇数月の最終金曜日は、**プレミアム付アステクーポン券販売**

¥500

11月24日(金) 午後3時~ ※限定数になり次第終了  
2階コンコース特設会場

1セット**5,500円**分(500円券×11枚)を**5,000円**で販売いたします!  
先着**500セット**限定 ※お一人様10セット限り

TEMPO  
PHONE 072-755-2001

△有料広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。掲載の申し込みは(株)ホープ ☎092(716)1401へ