

体

意外と知らない
の話

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

尿の色は無色透明が普通ですが、脱水などの水分不足で尿量が減ると色がついてきます。大抵の場合は柿色っぽい色や黄色になります。

同じ色が付いた尿でも尿路結石などは痛みを伴って鮮やかな朱色の尿が出ます。腎臓がんや膀胱がんなどは痛みを伴わず濃い紅茶、あるいはコーラの様な色になります。また、高脂質血症などの病気の際には白色になる場合もあります。リンパ液の流出や腎臓結核の際にも白くなります。この様に尿の色だけでもさまざまな病気が発見される場合があります。また、尿尿に肉眼的血尿と、見ても分からない顕微鏡的血尿があります。

急性腎炎や慢性腎炎、糖尿病性腎症などの腎臓病の血尿は顕微鏡的血尿の場合が多く、他にタンパク尿やむくみなどの症状が出ます。タンパク尿は排尿時に泡立つ事で気付く事もありますが、大体は尿検査で発見されます。最近、腎障害は腎臓だけでなく心臓血管病変の重要な危険因子である事が分かってきました。

その認識が広まった結果、年々増加していた糖尿病性腎症由来の腎不全症は減少し、透析患者も2017年頃から減少すると考えられています。しかし、高血圧症や加齢が原因の腎硬化症、虚血性腎症は増加傾向にあります。防止には早期発見と早期治療が大切です。おしっこはさまざまな情報を与えてくれるので、心臓病を予防するためにも定期的に尿検査を受けることをお勧めします。

(市医師会 吾妻真幸)

尿検査は大切です

11月 健康カレンダー

保健センターTel(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(料金改定)
一般健康診査① 健康保険証持参	18~39歳	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) ※特定健康診査の貧血・心電図・眼底検査は、医師の指示などにより実施
特定健康診査 受診券、健康保険証持参	40(※)~74歳 ※平成28年3月31日までに40歳に達する人			
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			
肝炎ウイルス検診①	40歳以上の未受診者か、40歳以上のハイリスク者など	特定健診の 眼底検査は 金曜日のみ 実施		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	40歳以上			胸部X線撮影など。予約制
結核検診	65歳以上			胃がん検診①②
胃がん検診①②	35歳以上	金曜日	9:00~10:00	胃がん検診①②
大腸がん検診①②	40歳以上	月~金曜日	9:00~17:30	大腸がん検診①②
子宮頸がん検診①②	20歳以上の女性	水曜日	13:30~14:30	子宮頸がん検診①②
骨粗しょう症検診	40歳以上の女性	水曜日	12:45~14:30	骨粗しょう症検診
乳がん検診①	40歳以上の女性	12月分まで定員に達したため、市立川西病院などへ問い合わせてください。		

*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、26年4月1日から27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加入市民には、料金の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(別途料金が掛かります)

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	13・25日 5・17日	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Tel(759)3171

項目	対象	日	受付時間	内容
市民歯科健診	18歳以上	26日	13:30~14:00	むし歯や歯肉の検診。予約制
歯科相談	希望者	12日	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) Tel(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) Tel(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丁目15-20) Tel06(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Tel(794)2321

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か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 Tel(785)7874	希望者	19日	13:30~15:00	精神科医師による心の相談
エイズなど相談・検査 Tel(785)2371	希望者	11・25日	9:00~9:45	エイズ・肝炎(B型・C型)検査
専門栄養相談 Tel(785)7861	希望者	16日	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 Tel(785)7874	希望者	12月10日	13:00~15:00	精神保健福祉士による相談

市役所へ郵送の場合、〒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、市が主体・主催で、受付時間は執務時間中。
記号の意味 注主体・主催 日日時 場ところ 対対象 資資格 講講師 内内容 種種目 費費用 定定員 他その他 申申し込み (郵郵便で 電電話で 郵ファクスで Web送信フォームから 窓窓口のみ 先着順 抽抽定員超過の場合は抽選) 問問合わせ Tel電話番号 Faxファクス番号 HPホームページ E-mail

発表・鑑賞

MOA美術館児童作品展

11月28日(土)午前10時~午後5時、29日(日)午前10時~午後4時▽**場**中央公民館▽**同**学校指導課Tel(740)1254

芸術祭と子ども文化フェスタ

市文化協会▽**場**11月22日(日)23日(祝)午前10時~午後5時▽**場**アステ市民プラザとアステ川西びらびら広場▽**同**協会加盟グループの発表や展示など▽**同**同協会の山崎さんTel(793)0399

川西合唱祭

川西合唱連盟▽**場**11月22日(日)午後1時開演(午後0時半開場)▽**場**文化会館▽**同**同協会の堀田さんTel(757)1428

栄根寺薬師如来像を特別公開

12月10日(木)・13日(日)午前9時半~午後5時▽**場**文化財資料館▽**場**Tel(757)8624

市立小学校連合作品展

【小学校】開催時間などは問い合わせを。
時場11月30日(月)~12月6日(日)・多田、11月30日~12月6日・多田東、12月3日(木)~8

健康

保健センター

Tel(758)4721

11月の献血日

時場1日(日)午前9時半~正午、午後1時~3時・清和台南小学校▽6日(金)午前10時~正午、午後1時15分~4時・能勢電鉄「日生中央」駅前バスロータリー横▽8日(日)午前9時45分~午後3時半・川西南中学校▽13日(金)午前10時~11時45分、午後1時~4時・市役所▽14日(土)午前9時15分~11時半、午後0時45分~3時半・明峰小学校▽21日(土)午前9時半~午後1時、午後2時15分~3時半・川西小学校▽28日(土)午前10時半~正午、午後1時15分~4時・イズミヤ多田店

【健康運動体験教室】

時11月19日(木)午後1時20分~3時半▽**内**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**20人▽**場**同センターへ

【生活習慣病予防教室】

テーマは「脂質異常症」と「お口の機能アップ」。
時11月30日(月)午後1時20分~3時半▽**内**簡単な病態の説明やヘルシーメニューの試食▽**定**20人▽**場**同センターへ
Let's「きんたくん健康体操」
時①11月11日(水)・25日(水)②2日(月)③20日(金)④12月2日(水)いずれも午前10時半~11時半▽**場**①保健センター②緑台公民館③けやき坂公民館④多田公民館

【保健相談】

時11月4日(水)、12月2日(水)午後1時半~3時▽**場**総合センター▽**内**血圧測定と健康相談
【無料クーポン券での受診はお早めに!】特定の年齢の人に、乳がん・子宮頸がん・大腸がん検診に関する手帳と検診費用が無料になるクーポン券を送付しています。期限は乳がん検診が28年3月31日

【歯と口の健康セミナー】

テーマは「よく噛んで、認知症も予防しよう!」。
時12月10日(木)午後1時半~3時▽**場**予防歯科センター▽**対**成人▽**講**市歯科医師会の堀池周司さん▽**定**30人▽**場**同センターへ

【予防歯科センター】

Tel(759)3171
【予防歯科センター】
テーマは「生きることは食べること―食卓から始まる生活教育」。
時11月3日午後2時~4時▽**場**予防歯科センター▽**講**助産師の内田美智子さん

【い歯の日啓発事業】

市歯科医師会▽**場**Tel(75)5868
▼**無料歯科検診**
時11月3日(祝)午前10時~午後1時(受け付けは午後0時半まで)▽**場**予防歯科センター、川西南公民館、パレットかわにし、清和台公民館、多田公民館
▼**食育セミナー**
テーマは「生きることは食べること―食卓から始まる生活教育」。
時11月3日午後2時~4時▽**場**予防歯科センター▽**講**助産師の内田美智子さん

入居相談・お試し入居随時受付中!
三菱電機ライフサービス株式会社 伊丹支店
介護付 有料老人ホーム [兵庫県指定 一般型特定施設入所者生活介護]
伊丹ケアハートガーデン
〒664-0029 兵庫県伊丹市中野北4-1-21
072-771-6700 9時~18時受付中
オフィシャルサイト(介護サービスお問い合わせページ)
http://www.mdlife.co.jp/kaigo/itami/index.html

つくも
九十九記念病院
内科・消化器内科・循環器内科・外科・整形外科・放射線科・リハビリテーション科
随時、入院のご相談を承っております。
随時、入院のご相談も承っております。訪問診療も行っております。まず、お電話ください。
TEL.072-759-9020
受付時間 午前 月~土 9:00~11:30
午後 月~金 13:00~16:30
*火・木の午後は内科のみ
休診日 土曜日午後、日曜・祝日
〒666-0033 川西市栄町10-4 川西能勢口駅から北へ徒歩3分

△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)暮らしの新聞社Tel06(6850)8255へ