

# 歯の話

意外と知らない

川西市歯科医師会ホームページ  
http://kda8020.com/  
歯むかむカミング健康づくり

## 歯周病と全身疾患

歯周病（歯槽膿漏）は、日本の成人の約8割以上がかかっているといわれる病気です。原因はプラーク（歯垢）や歯石に存在する細菌とそれらが作り出す毒素によるものです。

しかも恐ろしいことに、その菌や毒素は口の中だけにとどまりません。高齢者は、飲み込みがうまくいかなかったり、咳の反射が弱くなるため、口の中の細菌が気管に入っても押し出すことができず、肺に入り込んでしまい、誤嚥性肺炎を引き起こすことがあります。

また、歯周病と糖尿病は相互に関係し合っています。糖尿病は血管や神経を害する病気であり、糖尿病により毛細血管がもろくなると、歯周病の細菌に対する防御力が低下し、細菌感染を受けやすい状態となり、ますます歯周病は悪化します。

また逆に、歯周病により生産された炎症物質（サイトカイン）が、糖分を分解するインスリンの働きを抑制するため、糖尿病が悪化します。

しかし歯周病を治療することにより、血糖のコントロールが改善するという報告があります。

以上のように、歯周病と全身の病気には密接な関わり合いがあり、歯周病も全身の病気も両者ともに治療していく必要があります。身体と同じように歯科でも定期検診を受け、むし歯、歯周病などのチェックをし、必要があれば早めに治療をすることが重要です。

（市歯科医師会）

## 8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			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	火・金曜日 ※第1・3・5火曜日は無料歯科検診・相談あり。	12:45~14:20	※特定健康診査は受診券(医療保険者が発行)が届いてから予約を
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歳以上の未受診者か、40歳以上のハイリスク者など			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	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	6・20日	9:00、9:30、13:00、13:30、14:00	乳がん検診①

\*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せん)  
\*「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	26日	10:00	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
		18日	13:30、14:30	

予防歯科センターTel(759)3171

項目	対象	日	受付時間	内容
市民歯科検診	18歳以上	27日	13:30~14:00	むし歯や歯肉の検診。予約制
歯科相談	希望者	20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
尼崎医療センター(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	24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	12・26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	24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	13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 先着順 抽選員超過の場合は抽選 郵便で 電話で ファクスで Web送信フォームから 窓窓口のみ 問問い合わせ Tel電話番号 Faxファクス番号 HPホームページ E-mail

## 健康

### 歯と口の健康セミナー

時 8月27日(木)・市歯科医師会の大崎喜弘さん・矯正歯科専門医から学ぶ「子どもの矯正歯科治療の現状」② 9月10日(木)・市歯科医師会の徳永順一郎さん・小児歯科専門医から学ぶ「食文化—今昔ものがたり」。いずれも午前10時~11時半▽場 予防歯科センター▽対 乳幼児や小学生の保護者② 乳幼児の保護者や祖父母▽定 各30人▽他 保育あり(1歳半以上。先着10人)▽問 予防歯科センターへ▽問 Tel(759)3171

### 保健センター

Tel(758)4721

### 健康運動体験教室

時 8月19日(水)午後1時20分~3時半▽内 基礎代謝の維持・向上の軽運動と話(医師から運動を許可されている人。体調により見学の場合も)▽定 20人▽申 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」。

やヘルシメニエールの試食▽定 20人▽申 同センターへ▽保健相談)時 8月5日(水)、9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【予防接種】他母子手帳を持参▽申 実施医療機関に予約を▼日本脳炎 日本脳炎の予防接種は4回。1期は3~7歳6カ月の前日までに3回、2期は9~13歳の前日までに1回です。次の条件に当てはまる場合は、特例で残りの回数の定期接種が受けられます。詳しくは保健センターへ。①平成19年4月1日以前に生まれた20歳未満の人で、4回の接種を終えていない場合②平成19年4月2日~21年10月1日生まれの人で、1期の受け残しがある場合(9歳、13歳の前日までに接種)▼DT2種混合第2期 対 小学6年生から13歳になる前日までの児童・生徒【かわにし健幸マイレージ協力事業者を募集】市民の皆さんの運動習慣付けや生活習慣病予防のため、10月から28年1月まで行う

## きんたくん健幸体操 リーダーを派遣します

問合せ 健康づくり室  
Tel(758)4721 Fax(758)8705

楽しく健康になるために「きんたくん健幸体操」をしてみませんか。希望する団体に、「きんたくん健幸体操リーダー」を派遣します。

市内で活動している団体(集会の前など少し体操をしたいという人などで、体操ができる公共的な場所を準備できる団体)▷申 保健センターに備え付けの申込書(ホームページからダウンロードも可)に必要な事項を書き、〒666-0016・中央町12-2の同センターへ



- きんたくん体操 選べる5つのバージョン■
- ①エアロピクス編 ④筋トレ編
  - ②転倒予防編 ⑤ウォーキング編
  - ③ストレッチ編

### 【8月の献血日】

時 8日(土)午前9時半~11時45分、午後1時~4時・多田グリーンハイツ第2自治会館 ② 14日(金)午前10時~11時45分、午後1時~4時・市役所



### 【たくさんの人が献血を】

市献血推進協議会では、7月4日に川西阪急周辺で川西・川西中央ライオンズクラブの協力を得て、夏季献血キャンペーンを実施。買い物客らに街頭啓発と献血を呼び掛け、155人の受け付けがあり、400ミリリットル84人、200ミリリットル29人の皆さんから愛の献血に協力いただきました。