

健康

医師・看護師などの
籍登録と就業実態調査

医師などの従事場所や登録年月日、年齢などによる分布を明らかにし、厚生労働行政の基礎資料とするため、12月31日現在を基準日とする就業実態調査を行います。

対象は、医師・歯科医師・薬剤師の免許保持者、保健師・助産師・看護師・准看護師・歯科衛生士・歯科技工士の業務従事者です。

職場または県伊丹健康福祉事務所へ配布する届出用紙に必要事項を書き、1月15日(木)までに同事務所健康管理課まで提出してください。詳しくは同事務所 ☎(785) 2371へ。

保健センター
☎(758) 4721

【健康運動体験教室】講話と着座でのリズム体操など(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同じ)。

とき11月22日(木)午後1時20分〜3時半▽定員11先着20人▽申込み同センターへ
【保健相談】血圧測定と健

冬は血液が不足する季節
献血に温かいご協力を!



1月は献血推進強調月間です。輸血に使われる血液は1年を通じてほぼ一定量必要ですが、冬場は血液が一番不足する季節です。皆さんの温かいご協力をお願いします。

日	時	場所
10日(土)	10:30 ~ 12:00 13:15 ~ 15:30	アステ川西 (冬季献血キャンペーン)
11日(日)	10:00 ~ 12:00	清和台中央公園
23日(金)	10:00 ~ 12:30	陽明小学校
30日(金)	13:45 ~ 16:00	明峰中学校

また、26年4月1日から無料クーポン券が届くまでに、市の実施するがん検診をすでに受診した人の自己負担金の還付手続きは、3月31日(火)までです。詳しくは保健センター ☎(791) 4721へ。

【「きんたくん健康体操」で正月太りをリセット!】大阪成蹊短期大学准教授の白井達矢さんが「認知症(脳機能向上)に運動は有効?」などをテーマに講演と実技を。また、講演の前後に骨密度などの健康測定を。詳しくは市ホームページなどに掲載。

とき11月13日(火)午後2時



また、26年4月1日から無料クーポン券が届くまでに、市の実施するがん検診をすでに受診した人の自己負担金の還付手続きは、3月31日(火)までです。詳しくは保健センター ☎(791) 4721へ。

高齢者



3時半(講演の受け付けは午後1時半から)。健康測定の実施時間は午後1時から講演開始までと、講演終了から午後4時半まで▽ところ11アステ川西6階アステホール▽定員11先着100人(健康測定は先着70人)要予約▽申込み11月5日(月)から保健センターへ。健康測定のみ参加は不可▽その他11かわにし健康マインレジポイントシート持参

定員100人)の入居申込書を2月1日(日)から3月15日(日)まで、ラ・ラ・グランデ内の開設準備室とやわらぎの里各施設で配布します。詳しくはやわらぎの里東谷内開設準備室 ☎(791) 6500へ。

老人福祉センター
(60歳以上が対象)

【健康体操】1月23日(金)午前10時〜正午。予約を。

【新春「和やかな笑顔のつどい」】「ハッピー・ハッピーの会」が鳴子踊りや紙芝居、剣舞、ハーモニカ演奏などを。1月9日(金)午後1時〜2時半。

緑台 ☎(792) 6889

【健康体操】1月14日(水)午前10時〜正午。先着25人。1月5日(月)から予約を。

【いきいき教室】心と体を元気にする体操中心の初心者向き教室を。1月28日(水)午前10時〜11時。先着20人。予約を。

久代 ☎(756) 1321

【健康体操】1月20日(火)午後1時半〜3時。

1月 健康カレンダー

保健センター ☎(758) 4721 (*色のついている検・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	18歳以上	月・火曜日	9:00~9:30	14日前までに予約を。市内33,000円、市外37,000円
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	40(※)~74歳	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	※65歳以上の人に介護予防(生活機能評価)の問診を実施(要介護・要支援認定者を除く) ※65歳以上の2次予防事業対象者(特定高齢者)は貧血・心電図検査などを実施
受診券、健康保険証、介護保険証(65歳以上のみ)持参	※平成27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、介護保険証持参	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。予約制。1,000円
胃がん検診①②	35歳以上	金曜日	9:00~10:00	直接センターへ。500円
大腸がん検診①②	40歳以上	月~金曜日	9:00~17:30	細胞診など。予約制。1,000円
子宮頸がん検診①②	20歳以上の女性	水曜日	13:30~14:30	X線(デキサ法)検査、栄養相談。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	視触診、乳房X線検査。予約制(隔年度受診)。1,500円
乳がん検診①	40歳以上の女性	15日 22日	9:00、9:30、13:00、13:30、14:00 13:00、13:30、14:00	

*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、25年4月1日から26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、70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
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

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	9・28日 20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 ☎(759) 3171

項目	対象	日	受付時間	内容
市民歯科検診	希望者	8日	14:00~14:30	むし歯や歯肉の検診。予約制
歯科相談	希望者	22日	14:30~15:00	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	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
尼崎医療センター(尼崎市水堂町3丁目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

項目	内容	オプション
人間ドック 毎月・水・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	15日	13:30~15:30	精神科医師による心の相談
エイズなど相談・検査 ☎(785)2371	希望者	14・28日	9:00~9:45	エイズ・肝炎(B型・C型)検査
専門栄養相談 ☎(785)7861	希望者	26日	13:30~15:30	難病・特殊疾病などの食事相談
アルコール相談 ☎(785)7874	希望者	2月12日	13:30~15:30	精神保健福祉士による相談

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

かつて、肺結核は国民病と言われ、日本中にまん延していましたが、最近では、すでに克服された過去の病気と思われ、認識が希薄になっています。ところが、今なお、毎年新たに2万人以上の肺結核の患者さんが発生していることをご存じでしょうか?

肺結核は、患者さんが咳をした時、結核菌が空気中に飛散し、その空気を別の人が吸い込むことで感染していきます。結核菌に感染しても、すぐに全員が発症するわけではありません。約10~20%の人たちが発症するといわれています。

また、昔、結核にかかったことがあるが治ってしまった人たちが知らない間に結核菌に感染していた人たちの中で、加齢、病気などで免疫力が低下してきた時に、体に潜んでいた結核菌が増え始めて発症する場合があります。糖尿病の人、70歳以上の人、大きな手術を受けた人、生活リズムが乱れ睡眠不足がちな人は要注意です。

肺結核を発症すると、発熱、咳、痰などの症状がみられます。もっと症状が進むと、体重減少、息切れ、血痰などがみられるようになります。

初期症状が風邪に似ているので、油断しがちです。発熱、咳などが2週間以上続く場合には、自己判断せず、近くの医療機関を受診することをお勧めします。(市医師会 磯崎耕次)

油断しがちな肺結核に要注意

市政情報

求人・募集

催し

セミナー

カレンダー

公民館

高年齢者

相談の案内

福祉

子育て応援

コラム

ニュース