

健康

市立川西病院で  
糖尿病啓発イベント

11月14日の世界糖尿病デーにちなみ、11月10日(月)・12月19日(金)を糖尿病月間とし、ポスターによるクイズなどで、糖尿病の正しい知識を広めていきます。期間中、平日の診療時間に1階フロアで掲示しています。詳しくは同病院 ☎(794) 2321へ。

保健センター ☎(758) 4721

は「お早め」に特定の年齢の人に、乳がん検診と子宮頸がん検診、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。有効期限は乳がん検診が27年3月31日(火)、子宮頸がん検診が3月25日(水)、大腸がん検診が1月31日(土)まで。期間近になると、各検診機関とも予約が殺到し、受診できない場合があります。早めに予約、受診を。

また、26年4月1日から無料クーポン券が届くまでの間

■かわにし食育フォーラム2014  
「からだ・脳・こころ」

11月15日(土)に中央公民館で次の通り。詳しくは保健センター ☎(758) 4721 へ。

■体験の部 午前11時から  
火おこし体験や、ごみ収集車への分別投入、給食の試食を。川西北小学校などで。11月4日(火)から予約を。対象は5歳児から小学生とその保護者。先着40組。申し込みは同センターへ。

■講演の部 午後1時半〜4時20分  
(株)大阪ガスッキングスクール講師が「からだ・脳・こころ」をテーマに。また、地域食育活動の発表も。

■展示の部 正午〜午後1時20分、3時〜3時20分 (一部の展示は正午〜午後3時20分)  
市立保育所や小学校の給食関連の展示、大阪青山大学生による食生活診断や貧血チェックなど。

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、27年3月31日(火)までです。詳しくは保健センター ☎(758) 4721 へ。

【生活習慣病予防教室】  
とき・内容 11月21日(金)・「脂質異常症」、12月1日(月)・「糖尿病」をテーマに、簡単な各病態の説明やヘルシーメニューの試食を。いずれも午後1時20分〜3時半。「お口の機能アップ」の講話も▽定員 20人▽申込み 同センターへ

【保健相談】 血圧測定と健康相談。  
とき 11月5日(水)、12月3日(水) 午後1時半〜3時▽ところ 総合センター

【予防歯科センター】  
55歳以上の日啓発事業 市歯科医師会が11月8日の「いい歯の日」にちなみ、11月3日(祝)に次の通り。詳しくは同会 ☎(757) 5868 へ。

▼無料歯科検診  
とき 11月10日(土) 午後1時〜午後1時15分  
受け付けは午後0時半まで  
▽ところ 予防歯科センター、川西南公民館、パレット

11月の献血日

日 時	場 所
2日(日) 午前10時〜正午 午後1時15分〜3時半	清和台南小学校
6日(木) 午前10時半〜正午 午後1時15分〜4時	イズミヤ多田店
7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
9日(日) 午前10時〜午後3時半	川西南中学校
14日(金) 午前10時〜11時45分 午後1時〜4時	市役所
29日(土) 午前10時〜11時半 午後0時半〜3時半	川西小学校

トかわにし、清和台公民館、多田東会館

▼食育講演会「子どもの心も育む食」  
とき 11月22日(土) 午後2時〜4時  
ところ 予防歯科センター▽講師 九州大学大学院助教の佐藤剛史さん

【歯と口の健康セミナー】  
市歯科医師会の藤井克則さんが「大事にしよう自分の歯、自分の歯で長く過ごすために」をテーマに。  
とき 12月4日(木) 午後1時半〜3時▽ところ 予防歯科センター▽対象 成人▽定員 30人▽申込み 同センターへ

11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 ※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
特定健康診査 受診券、健康保険証、介護保険証(65歳以上のみ)持参	40(※)~74歳 ※平成27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、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			胸部X線撮影。予約制。1,000円
胃がん検診①	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	6・20日 27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、県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  
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	14・26日 6・18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	13日	14:00~14:30	むし歯や歯肉の検診。予約制
歯科相談	希望者	13日	13:30~14:30	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 ☎(785)7874	希望者	20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	12・26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	17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	12月11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

予防接種で予防できる疾患が増え、奨励接種とされるものが増えてきました。子どもが予防接種を受ける際に以下の点に注意し、接種を受けるようお願いします。ご不明な点は、保健センターや医療機関にお問い合わせください。

予防接種に行く前 何の予防接種を受けるのか、前回に受けた予防接種の種類と日付を母子手帳で確認。また、市から配布された予防接種の説明書で必要性や副反応などを確認。医療機関に予約を。

予防接種に行く当日 健康状態を確認し、検温(37.5度以上は接種不可)。また、母子手帳が無いと接種できないので忘れずに。

病院へ 必ず本人の状態が分かるおとなが連れて行き、検温、予診票を記入。

診察時 今日健康状態や、1カ月以内にかかった病気や慢性の病気やアレルギーの有無、1カ月以内に受けた予防接種の申告。その他相談や質問したいことも申告。

接種後 接種後30分ほどはまれに急な副反応がでることがあるので様子を見て、異常があれば医療機関とすぐ連絡を。当日は激しい運動や直後の入浴は避ける。生ワクチンは4週間、不活化ワクチンでは1週間は副反応の出現に注意。(市医師会 阪本哲一)

市政情報 募集・案内 発表・鑑賞 セミナー スポーツ ごみの日程 公民館 中央図書館 健康 相談の案内 高齢者 子育て応援 コラム ニュース

PROTIMES 屋根・外壁の塗り替えはお任せ下さい!

我が家のツミ・くすみ・ヒビ割れに ドクター 外壁さん

住宅塗装のご相談・お問い合わせはお気軽に!

プロタイムス川西店 〒666-0121 兵庫県川西市平野3-17-6 ☎0120-710-363

川西市が出資している 上下水道局指定の 第3セクター会社です

川西市の水のトラブルは 24時間受付!!

株式会社川西水道サービス

http://www.kawanishi-ws.jp

川西市海山町17番8号 ☎072-757-2001