

健康カレンダー 3月

保健センター ☎(758) 4721 (*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	18歳以上	月・火曜日	9:00~9:30	10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 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26年3月31日までに40歳に達する人			※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
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	火・金曜日	12:45~14:20	※第1・3・5火曜日は無料歯科検診・相談あり。 ※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
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◆1・2	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・2	35歳以上	金曜日	9:00~10:00	胃がん検診。予約制。1,000円
大腸がん検診◆1・2	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◆1・2	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	13・20日 6・27日	9:00, 9:30, 13:00, 13:30, 14:00 13:00, 13:30, 14:00	視触診、乳房X線検査。予約制(隔年度受診)。1,500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ください(乳がん検診は隔年度受診のため、24年4月1日から25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、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、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	13:30~14:30	むし歯や歯肉の検診。予約制
歯科相談	希望者	18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 ☎(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 ☎(758)7388 (ふれあいプラザ1階)	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 ☎06(6436)8701 尼崎市水堂町3丁目15-20 (阪急電車之荘駅南約700m)	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 毎週水・水・金曜日	一般健診コース 42,000円	(1) レディース検診 ①婦人科検診(内診、細胞診、I ₂ -) 4,200円②乳がん検診(乳房触診、マンモグラフィ) 5,250円③総合レディース検診3,400円 (2) 肺がん精密検診(胸部CT) 12,600円(一般健診コース) (3) 脳精密検診(脳ドック) 29,400円(一般健診コース) 生活習慣病コース 24,150円(生活習慣病コース) (4) 胃がん予防検診5,250円 (5) 骨密度測定2,100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・19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	24日	13:30~15:30	難病・特殊疾病などの食事相談



「喉の奥が詰まる感じが続くのが心配」と耳鼻咽喉科を受診する人は男女を問わず大勢います。喉頭がんや咽頭がんの誘因は喫煙、飲酒によるものなので、女性で実際にこれらのがんが見つかる場合はかなり少ないです。「喉は大丈夫」と言われて安心したけど釈然としない、といった光景は診察室でよく見られます。では他にどんな原因があるのでしょうか。

代表例は副鼻腔炎(蓄膿症)。鼻水は前に出ていなくても鼻から喉に流れ落ちる(後鼻漏)ので、いつも喉に炎症が起こったり、落ちてきた鼻汁が引っ掛

喉の奥に違和感を感じたらまず受診

かったりします。また最近増えているのは逆流性食道炎です。胃から食道を超えて喉にまで逆流した胃酸が喉に炎症を起こします。胸焼け、げっぷなどの胃腸症状がなく、胃カメラの所見が正常でも、実際に逆流を起こしている場合も多いです。

他にも甲状腺疾患や食道がん、骨形態の異常、心因性などがあります。また、扁桃の奥に膿がたまっても表面から見えていない場合もあります。このように自分が想定していたことと全く違う説明を受けることもよくあります。喉の奥は自分では見えない部分ですから、異常を感じたらまずは耳鼻咽喉科を受診することが大切です。

(市医師会 坂本邦彦)

3月の老人福祉センター

＜対象は60歳以上＞

◆一の鳥居 ☎(794) 0615
【健康体操】28日(金)午前10時~正午。予約を。

◆緑台 ☎(792) 6889
【健康体操】12日(水)午前10時~正午。先着25人。3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教室(初心者向き)を。26日(水)午前10時~11時。予約を。

◆久代 ☎(756) 1321
【健康体操】18日(火)午後1時半~3時。

市社会福祉協議会が「谷口交通遺児基金」から入学励金(交通遺児に入学励金を給付)を給付します。対象は、原ハピネス川西がサークル活動を開催

市ボランティア活動センター ☎(759) 5200
会場はふれあいプラザで。4月からのせん定作業の希望者は、3月4日(火)午前9時から電話で(公社)市シルバー人材センター ☎(758) 6234へ(希望月の指定可)。詳しくは同センターへ。

福祉

則として平成25年4月以前から市内に住み、車両による交通事故により父親か母親を亡くし、26年4月に高校が大学などに入学する人。給付額は高校が国公立5万円、私立8万円、大学が国立8万円、私立10万円。申し込みは同協議会に備え付けの申請用紙に必要事項を書き、3月28日(金)までに同協議会 ☎(759) 5200へ。

健康

風しん予防接種費用助成申請はお早目に

風しん予防接種の一部助成事業は3月末で終了します。詳しくは保健センター ☎(758) 4721へ

舌がん検診

予防歯科センターが市民歯科検診と併せて口腔粘膜(舌・頬など)の問診・視診・触診を。治りにくい傷などで不安のある人は受けましょう(要予約。治療中や経過観察中の場合はご遠慮ください)。とき 3月13日(木)午後1時半~2時半 3月15日(土)午後1時半~2時半 3月17日(日)午後1時半~2時半

3月の献血日

日	時	場所
4日(火)	10:30~12:00 13:15~16:00	イズミヤ多田店
8日(土)	10:00~12:00 13:00~16:00	阪急オアシス山下店
14日(金)	10:30~12:00 13:15~16:00	アステ川西

保健センター ☎(758) 4721

【健康運動体験教室】ストレッチや軽いリズム体操と話(医師から運動を許可されている人。当日の体調により見学してもらう場合も)。

とき 3月20日(木)午後1時20分~3時半 3月22日(土)午後1時20分~3時半 3月24日(日)午後1時20分~3時半

【生活習慣病予防教室】「糖尿病」と「お口の機能アップ」をテーマに、簡単な病態の説明やヘルシメニュー試食を。

とき 3月24日(月)午後1時20分~3時半 3月26日(水)午後1時20分~3時半

【保健相談】血圧測定と健康相談。

とき 3月5日(水)、4月2日(水)午後1時半~3時

川西市が出资している上下水道局指定の第3セクター会社です
株式会社川西水道サービス
川西市の水のトラブルは24時間受付!!
http://www.kawanishi-ws.jp
川西市滝山町17番8号
☎072-757-2001

司法書士会の無料法律相談
川西市文化会館(川西市丸の内町5) 毎週土曜日 13:00~15:00
コンパス130(アステ川西5階) 第2・4水曜日(3月26日まで) 18:00~20:00
カリヨンホール隣のC教室(日生中央センタービル3階) 毎週火曜日(祝日休み) 18:30~20:00
相談内容: 登記・裁判・離婚・相続・遺言等
一般法律相談、多重債務相談
TEL.078-341-2755(平日9時~17時)

△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 ☎06(6850)8255へ