

市政情報

求人・募集  
公民館

セミナー  
発表・鑑賞

カレンダー  
ごみ

スポーツ  
案内

健康

中央図書館

相談の案内

高齢者  
福祉

子育て

コラム

ニュース



**女性の3人に1人が悩む尿漏れ病気の可能性も**

解剖学的に尿道が短い女性には、尿漏れに悩む人がたくさんいます。成人女性の3～4人に1人が、尿漏れを経験するという報告もあります。

実際に尿漏れの患者さんを診察していると、過活動性ぼうこうや骨盤臓器脱（いわゆる子宮脱）などの疾患が見つかる事もあります。

**薬や手術で治療が可能  
体幹トレーニングでも改善**

過活動性ぼうこうには良い薬がありますし、骨盤臓器脱にはTVM手術（骨盤底を膈から挿入したメッシュで支える手術）やペッサリー（膈内に挿入する矯正リング）などの治療が有効です。

これらの分野はウロギネコロジーと呼ばれています。「歳をとるとそんなもの」とか「どこに相談していいかわからない」などと言わず、症状の継続する人は、一度泌尿器科や婦人科の専門医に相談してください。

軽い尿漏れや骨盤臓器脱は、肥満や生活習慣の改善、あるいは骨盤底筋トレーニング（体幹や陰部の筋トレ）などでかなり改善します。

勤務医時代は、女性の理学療法士さんと共同で、ウイメンズヘルス部門のリハビリ療法を担当してきました。地域医療においても、医師や助産師、排尿専門看護師、保健師、理学療法士などが職種を越えて連携し、女性のQOL（生活の質）を向上させていければと考えています。

（市医師会 加藤宗寛）

**悩んでいませんか女性の尿漏れ**

**9月 健康カレンダー**

保健センター ☎(758) 4721 （\*項目に色のついている検・健診は、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3万4,800円、市外3万8,800円
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 ※2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(65～74歳の後期高齢者被保険者を含む)			
肝炎ウイルス検診①	40歳以上の未受診者やハイリスク者など	金曜日	9:00～10:00	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	月～金曜日	9:00～17:30	胸部X線撮影など。予約制。500円
肺がん検診①②	40歳以上	水曜日	13:30～14:30	胸部X線撮影など。予約制
結核検診	65歳以上	水曜日	12:45～14:30	胸部X線撮影など。予約制
胃がん検診①②	35歳以上	金曜日	9:00～10:00	胃部X線撮影など。予約制。1,000円
大腸がん検診①②	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①②	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①②	40歳以上の女性	12・26日(木)	9:00、9:30、13:00、13:30、14:00	乳房X線検査など。予約制(隔年度受診)。1,000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、平成30年4月1日から平成31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(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＝40歳以上の市国民健康保険加入市民は、無料になります(前立腺がん検診は満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1万1,000円、胃カメラ検査3,000円、骨密度検査1,000円(別途料金がかかります)

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日(金)	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
		5日(木)・17日(火)	13:30、14:30	

予防歯科センター ☎(759) 3171

項目	対象	日	受付時間	内容
市民歯科健診	18歳以上	12日(木)	13:30～14:00	むし歯や歯肉の検診。予約制
歯科相談	希望者	26日(木)	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) ☎(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(キセラ川西プラザ2階) ☎(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3-15-20) ☎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

※毎月最初の診療日から、翌々月の予約を受け付け開始

項目	内容	オプション
人間ドック 毎月～木曜日	一般健診コース 4万3,200円 生活習慣病コース 7万,200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)1万2,960円(一般健診コース) (3)脳精密検診(脳ドック)3万,240円(一般健診コース)2万4,840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(各窓口)に電話で予約が必要)

項目	対象	日	受付時間	内容
こころのケア相談 ☎(785) 7874	希望者	26日(木)	14:00～15:30	精神科医師による心の相談
エイズなど相談 ☎(785) 2371	希望者	11・25日(木)	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(火)	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 ☎(785) 7874	希望者	なし	13:30～15:00	精神保健福祉士による相談

市役所への郵送は、〒666-8501と課名で届きます。**記号の意味** 主催 曜日 場所 対象 講師 内容 種目 費用 定員 その他  
料金表示のないものは無料。記載がない場合、主体・主催は市で、受付時間は各施設の執務時間中。**申し込み**(郵便便で) **電話**で **ファクス**で **web**から **E-mail**で **窓口のみ** **先着順**  
**定員超過の場合は抽選** **お問い合わせ** **電話番号** **ファクス番号** **ホームページ** **E-mail**

**健康**

**歯と口の健康セミナー**

テーマは「健口体操で全身爽快」。

10月24日(木)午前10時～11時  
半▽場 予防歯科センター▽講  
市歯科医師会の八木由紀子さ  
ん▽定 30人▽申 9月2日  
(月)から同センターへ▽問  
(759) 3171

【前月の申込】  
広報誌8月号の問い合わせ先に誤りがありました。正しくは、☎(759) 3171です。  
お詫びして訂正します。

**保健センター**  
☎(758) 4721

【9月の献血日】  
時 9日(月)午前10時～正午・新清和台幼稚園。14日(土)午前10時～正午、午後1時15分～4時・川西阪急前。28日(土)午前9時～正午、午後1時15分～4時・牧の台小学校  
【生活習慣病予防教室】  
時 9月30日(月)午後1時20分～3時半▽内 簡単な骨粗しょう症の病態や食生活の話▽定 30人▽申 9月2日(月)から  
【健康運動体験教室】  
時 9月19日(木)午後1時20分～

**中央図書館** ☎(755) 2424

初開催  
**ダイバーシティカフェ**  
▶ 9/22 回 午前10時～午後4時  
▶ 中央図書館(アステ川西4階)

図書館のテラスで、コーヒーや雑貨の販売、リサイクル図書の提供など  
主催：BUTTERFLY LIBRARY、みんなの店

読書の合間にちよっと一息

3時半▽内 医師から運動を許可されている人▽内 講話と着座でのリズム体操など▽定 25人▽申 9月2日(月)から  
【保健相談】  
時 9月4日(水)、10月2日(水)。いずれも午後1時半～3時▽場 総合センター▽内 血圧測定と健康相談  
【レディース検診】  
時 9月28日(土)午後1時～2時

半受け付け▽内 20歳以上の女性・子宮頸がん検診。40歳以上の女性・乳がん検診(2年に1回)▽定 各35人▽申 9月2日(月)から  
【体力チェック】  
時 10月18日(金)午後1時15分～4時▽場 総合体育館▽内 40歳で医師から運動を許可されている人▽内 講話と体力測定など▽定 25人▽申 9月2日(月)から

■「あなたの一冊」POPを募集  
好きな本を紹介するポップ広告を考えてみませんか。A4サイズ以内の紙で画材は自由。  
応募作品は11月30日(土)から中央図書館に展示し、優秀作品は表彰します。  
対 高校生以下▷申 住所、氏名、年齢、電話番号、対象図書のタイトルと著者名を書き、10月30日(水)(必着)までに〒666-0033・栄町25-1のアステ川西内中央図書館へ  
■かわにしぶっくらぶ  
好きな本を語り・聞く読書イベント。途中入場可。  
時 9月13日(金)午後6時から

■図書の展示  
「いのちとこころ」をテーマに、自殺について書かれた本を紹介。  
■ビデオ映写会  
時 9月8日(日)午後2時から▷内「顔」(73分)  
■ボランティアスタート講座  
登録グループ「子育て支援グループいないいないばあ」▷時 9月29日(日)午前10時半～午後0時半▷内 おとな向け。子どもへの絵本の読み語りについての話▷定 20人▷申 9月28日(土)までに同グループの細見さんへ▷問 ☎(759) 1791  
■9月の休館日  
30日(月)は館内整理のため休館。

「歌うことが大好き!」な出場者の応援に、ぜひお越しください。  
第15回 **アステカラオケコンクール** **入場無料**  
開催日時/9/16(月・祝) 午前10時30分～  
場 所/6階アステホール  
今年で第15回目を迎える「アステカラオケコンクール」。出演される皆様が、自慢の歌声を披露されます。また、ゲストには、清水まり子さんが登場。観覧の方もご参加いただけるお楽しみ抽選会もごぞいます。ぜひ、ご来場ください。  
※出場者募集は終了いたしました。  
協賛：川西市観光協会・川西市商工会  
2009年日本歌手協会 歌唱賞  
2015年より やまなし大使

秋のアステはお楽しみもりだくさん!  
**アステオータムフェスティバル**  
開催日時/9/21(土)・22(日)・23(月・祝)  
午前11時～、午後1時～、午後3時～(各回約30分)  
場 所/1階びびう広場  
地元で活動されている皆さんの華麗なステージパフォーマンスや楽しいワークショップで楽しさあふれる3日間。

いいものお得意に、掘り出しもの探し!  
**アステワゴン市** 9.7 sat sun 8  
毎月第1土曜・日曜に各店舗前に開催!  
いい街、ここから。おかげさまで、アステは30周年。  
PHONE 072-755-2001

9月は休まず営業いたします。(一部店舗を除く) ※イベントの内容は都合により変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください。詳しくはWebサイトで、www.astekawanishi.com 協賛：川西市商工会

△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)ウィット ☎ 072(668) 3275 へ