

相談の案内

市政情報

求人・募集

案内  
中央図書館

セミナー

発表・鑑賞  
スポーツ

健康者  
高齢者

公民館

催し・福祉

子育て

コラム

フोटোস



「むし歯になった歯を白くしたい」という思いはみんな同じです。

しかし、かむ力に抵抗できて、口の中に入れても安全な素材はなかなか見つからず、金や銀など歯の色とはかけ離れた金属が長年使われてきました。

それでも人の願いは少しずつかなえられるようになり、金属に白い焼き物を焼き付けるメタルボンドや、強化した焼き物で作ったオールセラミック、人工ダイヤモンド・ジルコニアなど、歯を白く治すためにさまざまな技術が開発されました。

しかし、これらの治療法は作製に労力が必要で、保険を利用することができません。以前から保険を利用し、白く治す方法に強化プラスチックを用いた「詰め物」がありましたが、広範囲でむし歯になると「被せ物」にするには強度が足りず、ほとんどのケースで銀歯となっていました。

これに対して、高騰し続ける金属価格に後押しされる形で、平成26年度から保険を利用して一部の歯はCAD/CAMによって作成された白い被せ物で治療することが可能となりました。コンピュータで被せ物などを設計・加工・製作をする技術で、強化プラスチックの塊から削り出して被せ物などを作成して強度を上げています。

ただし、あくまでも強化プラスチック製のため、金属に比べると強度が弱く外れやすく割れてしまうなどの課題がまだ多くあります。

全ての歯が保険適応になるわけではないため、歯科医師の適切な診断が必要です。

(市歯科医師会)

歯を白くする方法の変化

2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回の受診です。

項目	対象	日	受付時間	備考
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 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 ※5年3月31日までに40歳に達する人	火・金曜日 ※第1・3・5火曜日は無料歯科健診・相談あり。 ※65歳以上の方はオーラルフレイルチェック(口の乾燥度など)を実施。	12:45~14:45	※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。
後期高齢者健康診査 後期高齢者医療被保険者証持参	75歳以上など (65~74歳の後期高齢者医療被保険者を含む)			
肝炎ウイルス検診	40歳以上の未受診者など			血液検査など。予約制。1,000円
前立腺がん検診	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	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	35歳以上	金曜日	9:00~10:45	胃部X線撮影など。予約制。1,000円
大腸がん検診	40歳以上	月~金曜日	9:00~17:00	直接センターへ。500円
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	水曜日	13:15~14:15	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	12:50~13:00	X線(デキササ法)検査、栄養相談。予約制。1,000円
乳がん検診	40歳以上の女性	木曜日 (月2回程度)	9:00~10:30 13:00~14:30	乳房X線検査など。予約制(隔年度受診)。1,000円

※オプション検査の内容=胸部CT撮影検査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	備考
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	2日(木)・10日(金)	午前 予約時に決定	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に向けて支援します。
		21日(火)	午後 予約時に決定	

予防歯科センター ☎(759)3171

項目	対象	日	受付時間	備考
歯科相談	希望者	16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(旧市立川西病院跡地) ☎(794)6577	内科 (15歳以上、中学生除く)	日曜日・祝日 10:00~11:30、13:00~16:30 (発熱患者を除く。要連絡)
ふれあい歯科診療所(キセラ川西プラザ2階) ☎(758)7388	歯科	日曜日・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	日曜日・祝日 9:00~16:00 年末年始(12/29~1/3) 9:00~翌朝5:30 土曜日 18:00~20:30(耳鼻咽喉科のみ)

ふれあい歯科診療所での歯科診療など(予約は電話または窓口) ☎(758)7388

事業名	実施日	受付時間	対象者
要介護高齢者歯科診療	木・土曜日	13:00~16:00	65歳以上の要介護者
障がい者(児)歯科診療	水・金曜日	13:00~16:00	一般の歯科医院での治療が困難な障がい者(児)

市役所へは〒666-8501と課名で郵送できます。料金表示のないものは無料。記載がない場合、主催・主体は市で、受付時間は各施設の執務時間中、市外局番は072です。

記号の意味 主催・主体 開日時 場とところ 対象 講師 種目 費用 定員 その他  
 申し込み(郵便 電話 ファクス ウェブ・アプリ E-mail) 先着順 定員超過の場合は抽選 問い合わせ 電話番号 Fax ファクス番号 ウェブ・アプリ E-mail

### 2月の献血日

**4日(土) 川西阪急北側**  
午前10時—正午、午後1時15分—4時

**17日(金) 市役所1階南広場**  
午前10時10分—11時45分  
午後1時—4時

/献/血/併/行/型/  
**骨髓ドナー登録会**

白血病など血液難病の治療に有効な、骨髓移植に協力する骨髓ドナーの登録会。

**2月17日(金) 市役所1階南広場**  
午前10時10分—11時45分  
午後1時—4時  
☎県伊丹健康福祉事務所 ☎(785)9433

問い合わせ 保健センター ☎(758)4721

### 健康

**口腔外科専門医による  
口腔がん検診**  
舌や頬など口腔粘膜の問診・視診・触診。  
2月17日(金)午後1時半—2時半  
場 予防歯科センター  
対 同検診を受診したことがない人で、傷が治りにくいなどの症状がある人  
申 2月1日(水)から同センターへ  
☎(759)3171  
保健センター ☎(758)4721  
保健相談  
血圧測定と健康相談。  
2月2日(木)、3月2日(水)。

いずれも午後1時半—3時  
場 総合センター  
健康運動体験教室  
基礎代謝の維持・向上の軽運動と話。  
2月2日(木)午後1時20分—3時半  
場 保健センター  
他 医師に運動を禁止されていない人  
定 18人  
申 随時受け付け  
歯科健診  
むし歯や歯肉の検診。65歳以上の人は、オーラルフレイル(口の機能の衰え)を口の乾燥度などで測定します。  
2月7日(火)・21日(火)。いずれも午後1時半—2時20分  
場 保健センター

18歳以上  
生活習慣病予防教室  
病態の説明や食生活、おとなの歯と口の健康。①脂質異常症と②高血圧症について。  
2月27日(月)②3月3日(金)。いずれも午後1時20分—3時  
場 保健センター  
定 各15人  
申 随時受け付け  
肝炎ウイルス検診  
40歳以上の市民で過去に肝炎ウイルス(B・C型)検診を受けたことがない人は、市ホームページ記載の指定の病・医院へ予約し、2月28日(火)までに受診してください。  
費用は1000円(70歳以上は無料)。40歳未満の受診希望者は、県伊丹健康福祉事務所 ☎(785)2371へ。  
不育症治療の医療費助成  
4年4月1日以降に受診した、保険適用外の不育症の治療費などの一部を助成します。申請など詳しくは市ホームページへ。  
高齢者  
緊急通報装置を貸し出し  
65歳以上のひとり暮らしの

高年齢者へ、自宅での緊急時に委託先事業者の受信センターへすぐ通報できるように、緊急通報装置と非常用ペンダントを貸与します。詳しくは各地域包括支援センターへ。  
☎地域福祉課 ☎(740)1174  
スマートフォン講習会  
市の情報の見方や2次元コードの読み取りなど。  
3月29日(水)午前10時半—午後0時半  
場 清和台公民館  
対 65歳以上の市民  
調 ソフトバンク(株)  
定 20人  
他 スマートフォンは貸し出し。申し込み者数が5人未満の場合は中止  
☎☎はがきに住所、氏名、電話番号を書き、3月3日(金)(必着)までに介護保険課へ(抽選結果は郵送で通知)  
☎(740)1148  
金婚夫婦祝式典(金婚式)  
☎神戸新聞社  
5月28日(日)午後2時から  
場 西宮市民会館  
対 阪神間在住で昭和49年に婚姻届を提出か挙式した夫婦  
☎☎神戸新聞各販売所・神戸

老人福祉センター  
〈60歳以上が対象〉  
一の鳥居 ☎(794)0615  
継続は力なり  
テーマは「いつでも、どこでもながら体操を習慣に」。  
3月10日(金)午前10時—11時半  
定 25人  
他 飲み物持参  
申 2月10日(金)から  
☎☎ ☎(792)6889  
健康体操  
2月8日(水)午前10時—11時半  
定 25人  
他 飲み物と上履き持参  
申 2月1日(水)から  
☎☎ ☎(756)1321  
久代  
心も体もすっきり、元気に楽しい健康体操。  
2月21日(火)午後1時—2時半  
定 15人  
他 飲み物と上靴、バスタオルまたはヨガマット持参  
申 2月6日(月)午前9時半から