

相談の案内

市政情報

求人・募集

案内
中央図書館

セミナー

スポーツ

健康者

公民館

発表・鑑賞

子育て

コラム

ニュース



かみ合わせなどが原因で発症

食事を取る時やおしゃべりをする時などに、口を開け閉めすると顎が痛む、口が開きにくい、カクカクと音になる症状を顎関節症といいます。

他にも首や肩の凝り、耳鳴り、骨の形の異常などを伴う事もあります。また、病状が進行すると口が開きにくく食事が取りにくい、会話しづらいなど、日常生活に支障が出てきます。

顎関節症は、かみ合わせやけが、顎の骨の形などの問題、精神的な要因など、さまざまな原因で発症します。特に、過剰なストレスで顎の周りの筋肉が緊張し、無意識に食いしばって、顎の関節を痛めてしまうことが問題視されています。

治療は、レントゲンやCT、MRIなどで画像診断を行います。症状に合わせて薬の服用やマウスピースを装着する他、かみ合わせの調整などを行いますが、近年では顎の関節の手術が行われることは少なくなりました。

気になることがあれば相談を

顎が正常に動くことは、食事や会話などの日常生活に欠かせません。生活の質を低下させないためにも、適切な治療が必要です。

また、顎関節は耳や鼻、歯などと近接しているため、他の病気との見極めも大切です。まれではありますが、顎関節に腫瘍ができる事もありますし、他の腫瘍から顎関節に転移することもあります。口が開けにくい、顎の周りが痛むなどの症状のある人は、かかりつけの歯医者さんに相談してみてください。

(市歯科医師会)

4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。 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	火・金曜日	12:50~14:45	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・眼底検査などは、検査や問診などで条件を満たし、医師が必要と認める場合のみ実施。
特定健康診査 受診券、健康保険証持参	40(※)~74歳 ※6年3月31日までに40歳に達する人	※第1・3・5火曜日 ※65歳以上の人はオーラルフレイルチェック(口の乾燥度など)を実施。	※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。	血液検査など。予約制。1,000円
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)			胸部X線撮影など。予約制。
肝炎ウイルス検診	40歳以上の未受診者など			胃部X線撮影など。予約制。
前立腺がん検診	50歳以上の男性			直接センターへ。
肺がん検診	40歳以上			細胞診など。予約制。
胃がん検診	35歳以上	金曜日	9:00~10:45	乳房X線検査など。予約制(隔年度受診)。
大腸がん検診	40歳以上	月~金曜日	9:00~17:00	X線(デキサ法)検査、栄養相談。予約制。1,000円
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	水曜日	13:15~14:15	
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	
骨粗しょう症検診	40歳以上の女性	水曜日	12:50~13:00	

※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	6日(木)・14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。
		18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	20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
川西リハビリテーション病院 (東睦野5-18-1) ☎(795)0070	応急診療所に代わり、旧市立川西病院南側で開院予定の川西リハビリテーション病院内で休日内科診療を実施予定。詳しくは決まり次第、市ホームページでお知らせします。	
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

胃がん・肺がん検診など

5大がん検診が4月から無料

市民を対象に、がん検診などを実施。4月から5大がん検診(下記参照)を無料で受診することができます。市医師会の協力で、保健センターや市指定の医療機関でも受診可能です。

対象者や料金(有料の検診)は健康カレンダー(19ページ参照)、市指定の医療機関の「一覧・実施期間は市ホームページで確認してください。



- 無料**
 - 胃がん(バリウム・内視鏡)検診
 - 肺がん検診
 - 子宮頸がん検診
 - 大腸がん検診
 - 乳がん検診
- 有料**
 - 肝炎ウイルス検診
 - 前立腺がん検診
 - 骨粗しょう症検診(保健センターのみ)

問い合わせ 保健センター ☎(758)4721

18歳以上 保健相談
血圧測定と健康相談。
4月6日(木)、5月11日(木)。
いずれも午後1時半~3時
保健センター

健康運動体験教室
基礎代謝の維持・向上の軽運動と話。
4月20日(木)午後1時20分~3時半
保健センター

医師に運動を禁止されていない人
18人
4月21日(金)午後2時半~3時半、26日(水)午前10時~11時
総合体育館

生活習慣病予防教室
テーマは「糖尿病・おとなの歯と口の健康」。簡単な病態の説明や食事療法について。
4月24日(月)午後1時20分~3時
保健センター

先着15人
4月11・25日、5月9・23日、6月13・27日の火曜日。いずれも午前9時半~10時40分。全

高齢者
老人福祉センター
(60歳以上が対象)
緑台 ☎(792)6889

健康体操
4月12日(水)午前10時~11時
半
25人
他飲み物と上履き持参
4月3日(月)から
久代 ☎(756)1321
定期講座「ピラティス」
日常に必要な筋肉をつけるエクササイズ。
4月11・25日、5月9・23日、6月13・27日の火曜日。いずれも午前9時半~10時40分。全

6回
ピラティスインストラクターの長瀬寛子さん
15人
他飲み物とブランケット、ヨガマット持参
4月3日(月)午前9時半から
健康体操
心も体もすっきり、元気に楽しい健康体操。
4月18日(火)午後1時~2時半
15人
他飲み物と上靴、バスタオルまたはヨガマット持参
4月4日(火)午前9時半から

健康

妊婦歯科健診
保健センターで妊婦健康診査費助成の申請をする妊娠中の市民に、歯科健診票を配布の上、受診してください。
予防歯科センター
(759)3171
保健センター
(758)4721
4月の献血日
4月1日(土)午前9時40分~11時

45分、午後1時~4時・多田グリーンハイツ第2自治会館。15日(土)午前10時~正午、午後1時15分~4時・川西阪急前
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)を口の乾燥度や舌の動き、飲み込む力などで測定。
4月4日(火)・18日(火)。いずれも午後1時半~2時20分
保健センター

4月6日(木)、5月11日(木)。
いずれも午後1時半~3時
保健センター

4月から9価 HPV ワクチンが**無料**
子宮頸がん予防ワクチン定期接種
4月から、子宮頸がん予防ワクチン(HPV)定期接種において、9価 HPV ワクチン(シルガード9)が無料で接種できるようになります。
対象者には、個別通知は5月ごろ送付予定です。詳しくは市ホームページへ。

対象者
①平成19年4月2日~24年4月1日生まれの女性
②平成9年4月2日~19年4月1日生まれで、過去に子宮頸がん予防ワクチン(HPV)を3回接種していない女性。
問い合わせ 保健センター ☎(758)4721