

体

意外と知らない
の話

川西市医師会ホームページ
http://www.kawamed.or.jp/indexpc.html

意外と身近な難聴

世界保健機関（WHO）は世界全体で約11億人の若者がイヤホンやヘッドホン、音楽イベントでの大音量などが原因で難聴になる可能性があるとして発表しました。まだ調査研究は不十分で、日本でも耳鼻咽喉科学会が昨年ワーキンググループを立ち上げたばかりです。

ただ、スマートフォンやワイヤレスイヤホンの普及に伴い、今後問題となってくると予想されます。実際にどれくらいの音量が危険というのは難しいですが、音漏れするような音量は論外です。

一般的に耳に負担をかけないためには、音楽を聞いていても周囲の普通の会話が理解できる程度の音量で、1日当たりの使用時間を1時間程度とし、使用中も適宜休憩時間を設けるように、といわれています。

ノイズキャンセリング機能があれば使用してください。スマートフォンやイヤホンは内耳を短時間で障害するだけの音量を出すことが可能ですので、常に音量に注意するようにしましょう。

予防が大切

この難聴は徐々にしか進行しないため、難聴になっても自覚症状がなく、さらに治療方法もありません。

予防するしかありませんので、それ以上の進行をさせないためにも、音量を大きくしないと聞こえなくなったり、家族の人がおかしいと感じたりした場合には、早めに耳鼻科受診をしてください。

（市医師会 藤岡孝典）

7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火曜日は無料歯科健診・相談あり。 ※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。		
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除く)			
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
肺がん検診	40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
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
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
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)
骨粗しょう症検診	40歳以上の女性	水曜日	12:50~13:00	X線(DEXA法)検査、栄養相談予約制。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	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。
		6日(木) 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)	13:30~15:00	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	内科 (15歳以上、中学生は除く)	日曜日・祝日・年末年始(12/30~1/3) 10:00~11:30、13:00~15:30(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 ■平日時 ■場と場所 ■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

健康

口腔がん検診

舌や頬など口腔粘膜の問診・視診・触診。
主場 予防歯科センター
時 7月21日(金)午後1時半~2時半
対 受診したことがない人で、治りにくい傷などで不安のある人
申 7月3日(月)から同センターへ
問 ☎(759)3171
食育・健康講座
市内で食育推進のために活躍するいずみ会のリーダーを養成。健康づくりやボランティア活動などの講義やゲ

ループワーク、調理実習など。

主場 伊丹健康福祉事務所
時 7~12月(月1~2回程度)の午前10時~午後1時(原則)。全9回
場 同事務所他
対 市在住で健康や食生活に関心が高く、地域での活動に意欲のある人
費 2500円(調理実習材料費別)
申 15人
申 7月10日(月)までに同事務所へ
問 ☎(785)7861
保健センター
☎(758)4721
むし歯や歯肉の検診。65歳

がん患者アピアランスサポート事業

ウィッグや補正具 購入を助成

問い合わせ 保健センター ☎(758)4721

がん治療による脱毛や乳房切除などによる補正具(医療用ウィッグ、乳房補正具)の購入費用(上限5万円、ただし補正下着は上限1万円)を助成します。
購入後90日以内(原則)に保健センターで申請してください。
詳しくは市ホームページへ。



対象

4月1日以降に購入し、申請日に市に住民票がある人(所得制限あり)。

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。
時 7月4日(火)・18日(火)。いずれも午後1時半~2時20分
場 保健センター
対 18歳以上
保 健康相談
血圧測定と健康相談。
時 7月6日(木)、8月3日(木)。いずれも午後1時半~3時
場 総合センター
申 15人
申 7月10日(月)までに同事務所へ
問 ☎(785)7861
保健センター
☎(758)4721
むし歯や歯肉の検診。65歳

がん講演会

テーマは「免疫研究と臨床応用―がん免疫の話題を含めて」。
時 7月20日(木)午後2時~3時
場 キセラ川西プラザ2階
講 大阪大学大学院教授の熊ノ郷淳さん
定 30人(健康大学受講者を除く)
申 ☎☎7月3日
申 ☎☎7月3日
月 市ホームページから申し込み
フ ォームから送信
健康運動体験教室
講話と着座でのリズム体操など。
時 7月20日(木)午後1時20分~3時半
場 予防歯科センター
対 医師に運動を禁止されて



献血

皆さんの協力を
協力
キャンペーン

輸血を必要としている人は1日約1万4,000人。毎日血液は不足していますので、皆さんの協力をお願いします。

7/1(土)
午前10時45分~午後0時半
午後1時15分~4時
場所: 川西阪急北側

7/15(土)
午前10時10分~正午
午後1時15分~4時
場所: トナリエ清和台

7/23(日)
午前10時10分~正午
午後1時15分~4時
場所: イズミヤ多田店



問い合わせ 保健センター ☎(758)4721

ティーンズ料理教室

思春期の健康的な食生活のミニ講座と調理実習。
時 8月2日(水)午前10時~午後1時
場 キセラ川西プラザ2階
対 小学5~6年、中学3年生
費 400円
定 8人
申 ☎☎7月4日(火)から
骨髄等移植ドナー支援事業
骨髄などを提供した人に対して、検査や提供にかかった日数につき2万円(上限10日間)を助成します。対象は、提供した日に市に住民票があり、申請時に県に住民票がある人。提供後1年以内に保健センターで申請が必要です。