みんなの健康

集団がん検診・特定健診・肝炎ウイルス検診・歯と口のいきいき健診

受診方法・申込

●集団がん検診は予約制です

定員になり次第締め切りますので、お早めに健康増進係へお申し込みください。申込者には検診日の１週間くらい前に、問診票および検査用容器などを送付します。

特定健診の受診には、健康保険証の発行者から交付された受診券と保険証が必要です。

自己負担金　**健康課健康増進係　☎(63)8311**

特定健診……加入中の健康保険組合が指定した額
肝炎ウイルス検診……無　料
胃・大腸がん検診……無　料
肺がん検診（レントゲン：X線レントゲン撮影）……無　料
〃　（CT:ヘリカルCT）……3,500円
乳がん検診（40歳以上）……1,000円（マンモグラフィ+超音波）
〃　（30歳代）……500円（超音波検査のみ）
子宮がん検診……500円
歯と口のいきいき健診……無　料

とき	ところ	受付時間	40歳以上 生涯1回 肝炎ウイルス	40歳以上 毎年1回 特定健診	40歳以上 毎年1回 胃がん	40歳以上 毎年1回 大腸がん	40歳以上 毎年1回 肺がん	30歳以上 2年に1回 乳がん	20歳以上 2年に1回 子宮がん	検診機関
8月17日(水)	市民情報センター	午前8時30分～11時			○	○	レントゲン	○	○	栃木県保健衛生事業団
21日(日)	粟野コミュニティセンター	午前8時30分～11時	○	○	○	○	レントゲン	○	○	栃木県保健衛生事業団
28日(日)	永野コミュニティセンター	午前8時30分～11時	○	○	○	○	CT			栃木県保健衛生事業団
9月7日(水)	粟野コミュニティセンター	午後1時30分～3時				○	レントゲン	○	○	宇都宮健康クリニック
10日(土)	職業訓練センター	午前8時30分～11時			○	○	締切	○	○	栃木県保健衛生事業団
11日(日)	市民情報センター	午前8時30分～11時	○	締切	○	○	レントゲン	○	○	宇都宮健康クリニック
14日(水)	市民情報センター	午前8時30分～11時			○	○	レントゲン	○	○	宇都宮健康クリニック
18日(日)	加蘇コミュニティセンター	午前8時30分～11時	○	○	○	○	CT			宇都宮健康クリニック
21日(水)	市民情報センター	午前8時30分～11時			○	○	締切	○	○	栃木県保健衛生事業団

※9月7日(水)は「歯と口のいきいき健診」を同時実施しています(要予約)。対象は40～74歳です。

生活習慣を見直して、体にいいこと始めましょう！ 特定保健指導のご案内

健康課市民健康係　☎(63)8312

国民健康保険で行う特定健診の結果、動脈硬化の危険因子となる腹囲、血圧、血糖、中性脂肪、コレステロールの値が基準値を超えている人(メタボリックシンドローム該当者)を対象に、特定保健指導を行います。危険因子を放置すると、糖尿病や心臓病、脳卒中などにかかる危険性が高くなります。この機会に生活習慣を振り返り、健康な体づくりを始めましょう！

○結果説明会

健診結果から自分の体を理解し、保健師と一緒に生活習慣を見直しましょう。対象者には通知します。

とき　8月19日(金)午後1時30分～3時

ところ　市民情報センター

○各種教室のご案内

皆さんの体に合わせた各種教室(糖尿病・高血圧・腎・運動など)や相談会があります。詳しくはお問い合わせください。

8月の休日・夜間救急医療

持ち物　①健康保険証
②おくすり手帳など、服用中の薬が分かるもの
③子どもの場合は、こども医療費受給資格者証等

休日・夜間急患診療所

貝島町5027-5　☎(65)2101

順番待ち状況を検索できます。http://paa.jp/clinic/244801/

	内科・小児科・歯科		内科・小児科
昼間	日曜日・祝日等 午前10時～正午 （受付は午前11時30分まで） 午後1時～5時 （受付は午後4時30分まで）	夜間	日曜日・祝日等および平日（月・水・金曜日） 午後7時～10時 （受付は午後9時30分まで）

在宅当番医

外科（昼間）午前9時～午後5時	7日(日)	上都賀総合病院	☎(64)2161
	11日(木・祝)	御殿山病院	☎(64)2131
	14日(日)	御殿山病院	☎(64)2131
	21日(日)	荒木医院	☎(64)2775
	28日(日)	西方病院	☎0282(92)2323

夜間診療病院案内　上記以外の救急の際は、消防本部☎(63)1141へ問い合わせてください。

母子保健推進員の募集

健康課母子健康係　☎(63)2819

活動内容　乳幼児健診や育児教室の受け付け、身体計測など（月2～3回程度）
募集人員　若干名　　**対　象**　65歳未満の女性
※詳しくは、8月25日㈭までに母子健康係へお問い合わせください。

マタニティ歯科教室

健康課母子健康係　☎(63)2819

子育てが始まる前にお口の健康を見直してみましょう。歯科健診が受けられます。

と　き　8月23日㈫午後１時30分～3時30分
ところ　市民情報センター2階
対　象　妊婦とその家族　　**持ち物**　母子健康手帳
申　込　前日までに、電話で母子健康係へ。

パパママ学級

健康課母子健康係　☎(63)2819

パパは妊婦体験できます

	内　容	日　程
前期	妊娠中の体の変化と胎児の成長 妊娠中の食生活、妊婦体操 出産のためのリラクゼーション	8月18日㈭ 10月19日㈬
後期	赤ちゃんのお風呂入れ体験 おっぱいの話 鹿沼市の子育てサービス	9月15日㈭ 11月15日㈫

時　間　午後1時30分～3時30分
ところ　市民情報センター2階
対　象　妊婦とその家族　　**定　員**　20組（先着順）
持ち物　母子健康手帳
申　込　前日までに、電話で母子健康係へ。

2歳児教室

健康課母子健康係　☎(63)2819

と　き　1回目8月30日㈫・2回目9月27日㈫
受付　午前　9時30分～10時
教室　午前10時～11時30分
ところ　市民情報センター2階
内　容　**1回目**　歯科健診・講話・ブラッシング指導
2回目　身体測定・講話・クッキング体験
対　象　平成26年8・9月生まれ
持ち物　母子健康手帳、お子さんの歯ブラシ
申　込　電話で母子健康係へ。
※２回目の会場・持ち物は、１回目でお知らせします。

結核検診のお知らせ

健康課健康増進係　☎(63)8311

各地区をレントゲン車が巡回します。肺がん検診を受診済みの人は、受診の必要はありません。

対象者　15歳以上の会社等で受診しない人
検　査　胸部レントゲン撮影1枚　　**料　金**　無料
服　装　上半身は、ボタンや金属の付いていない無地のTシャツがお勧めです。
申　込　不要（直接会場へお越しください）

とき	時　間	ところ
8月12日㈮	8時30分～ 8時50分	白桑田公民館
	9時10分～ 9時40分	じょいふる松原
	10時00分～10時20分	津田小学校
	10時40分～11時10分	さつきが丘小学校（歩道橋側）
	11時30分～12時00分	西茂呂集会所
	1時30分～ 2時00分	晃望台ショッピングセンター
8月19日㈮	8時40分～ 9時10分	日吉団地入口　タツミヤ酒店
	9時40分～10時00分	鹿沼商工高等学校
	10時20分～10時40分	万町ＪＡかみつが鹿沼支店
	11時00分～11時30分	まちの駅　新・鹿沼宿
	1時20分～ 1時50分	東小学校西門
	2時10分～ 2時50分	上野町 JA かみつが食材センター
8月22日㈪	8時30分～ 8時50分	石裂公民館
	9時20分～ 9時40分	上久我　早川一夫様方
	10時20分～10時40分	市民文化センター駐車場
	11時10分～11時40分	市役所新館入口
	1時20分～ 1時40分	東町第二会館
	2時10分～ 2時30分	東町会館
8月24日㈬	8時30分～ 8時50分	発光路　齋藤尊様方
	9時20分～ 9時40分	ドライブイン栃原跡
	10時10分～10時30分	馬置　中嶋商店
	10時50分～11時10分	遠木公民館
	11時30分～11時50分	加戸笠丸公民館
	1時50分～ 2時10分	森公民館
	2時40分～ 3時10分	粕尾コミュニティセンター
8月29日㈪	8時30分～ 8時50分	塩山町　黒川瓦店
	9時10分～ 9時30分	西沢１区公民館
	10時00分～10時20分	佐目集会所
	10時50分～11時10分	磯町公民館
	11時40分～12時00分	南上野町公民館

離乳食教室

健康課母子健康係　☎(63)2819

と　き　8月25日㈭午後1時30分～3時30分
※身長体重を測るので、15分前にお越しください。
ところ　市民情報センター3階　学習室４
内　容　離乳食の講話・調理と試食
対　象　平成27年12月、28年1月生まれの乳児と保護者
持ち物　母子健康手帳・生活の記録票・エプロン・三角巾・おぶいひも・お子さんのスプーンと食事用エプロン
申　込　電話で母子健康係へ。