

# みんなの健康

毎月10日号でお知らせしてきた「健康カレンダー」は、「みんなの健康」にリニューアルしました。また、毎年3月10日号でお知らせしてきた健診の年間スケジュールなどを、別冊子の『健康カレンダー(保存版)』として3月25日号の広報かめまと同時に配布します。みなさんの健康づくりに、ご活用ください！



## 乳幼児の健診・教室

健康課保健指導係 ☎(63) 8312

4月の乳幼児健診対象児には、個別検診は3月末に、集団健診は健診日の2週間前に個人通知します。

### ◇個別検診(委託医療機関)

	対象
股関節脱きゅう検診	平成22年1月生

### ◇集団健診(市民情報センター)

	とき	対象	受付時間
4か月児健診	4/15(木)	平成21年11月1日～11月20日生	午後1時～2時
	4/16(金)	平成21年11月21日～12月10日生	
10か月児健診	4/22(木)	平成21年6月生	
1歳6か月児健診	4/19(月)	平成20年9月1日～9月20日生	
	4/20(火)	平成20年9月21日～10月10日生	
3歳児健診	4/9(金)	平成19年3月1日～3月20日生	

### ◇教室(市民情報センター)

	とき	内容	対象
新米パパママ学級 (4回1コース)	第1回 4/8(木) 午後1時30分～3時30分	お母さんの体の変化と胎児の成長 妊娠中の食生活①	妊婦さんとその家族
	第2回 5/6(木) 午後1時30分～3時30分	お母さんの歯について 妊娠中の食生活②	
	第3回 6/3(木) 午後1時30分～3時30分	妊婦体操 お産の経過と呼吸法 母乳栄養について	
	第4回 6/24(木) 午後1時15分～3時45分	父親・母親の役割 お風呂の入れ方	
離乳食教室	4/23(金) 午後1時30分～3時30分	離乳食の話と実習	平成21年8・9月生
ブックスタート	4/22(木) (10か月児健診時)	絵本の紹介と読みみかせ 絵本の配布 問合せ:図書館本館 ☎(64) 9523	平成21年6月生
2歳児教室	第1回 4/27(火) 午前10時～11時30分	歯科検診 ブラッシング指導 持ち物:母子手帳・子供用歯ブラシ	平成20年4・5月生
	第2回 5/25(火) 午前10時～11時30分	体と心の成長・栄養の話 クッキング体験 持ち物:母子手帳・食事前エプロン	



## 4月休日・夜間救急医療

休日・夜間急患診療所

市民文化センター内(坂田山2-170) ☎(65) 2101

昼間	夜間
内科・小児科・歯科 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)	内科・小児科 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	4日(日)	上都賀総合病院	☎(64) 2161
	11日(日)	御殿山病院	☎(64) 2131
	18日(日)	荒木医院	☎(64) 2775
	25日(日)	西方病院	☎0282(92) 2323
	29日(木・祝)	御殿山病院	☎(64) 2131
外科 (夜間)	5月2日(日)	上都賀総合病院	☎(64) 2161
	3日(月・祝)	上都賀総合病院	☎(64) 2161
	4日(火・祝)	宮司外科胃腸科	☎(62) 6222
	5日(水・祝)	池田脳神経外科	☎(63) 1333
	4日(日)	上都賀総合病院	☎(64) 2161
	11日(日)	御殿山病院	☎(64) 2131
	18日(日)	上都賀総合病院	☎(64) 2161
	25日(日)	西方病院	☎0282(92) 2323
	29日(木・祝)	御殿山病院	☎(64) 2131
	5月2日(日)	上都賀総合病院	☎(64) 2161
3日(月・祝)	上都賀総合病院	☎(64) 2161	
4日(火・祝)	上都賀総合病院	☎(64) 2161	
5日(水・祝)	上都賀総合病院	☎(64) 2161	



## ポリオ集団予防接種

健康課健康増進係 ☎(63) 8311

とき	対象児
4月6日(火)	平成21年10月・11月生(1回目)
4月7日(水)	平成21年6月・7月生(2回目)

受付時間 午後1時～2時

ところ 市民情報センター2階

- ◆事前に送付した「予診票」と母子健康手帳を持参の上、お越しください。
- ◆指定日に予防接種できない子は、今後お知らせする日程で、都合のよい日にお越しください。

## 犬の登録と狂犬病予防注射

県獣医師会上都賀支部 ☎(65)6699  
健康課健康増進係 ☎(63)8311

犬を飼っている人は、犬の登録と年1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。

登録と注射を11ページの日程で実施しますので、都合の良い会場で受けましょう。登録済みの犬については、「案内はがき」を送付します。(集合注射は4月のみ)

対 象	生後91日以上の子犬
料 金	登録 3,000円 (生涯1回) 注射 3,300円 (毎年1回)
	合計 6,300円 (登録済みの犬は注射料金のみ)

### お願い

- ◇「案内はがき」が送られた人は、はがきの問診票欄を記入し、必ず会場に持参してください。
- ◇登録している犬の死亡や飼い主の変更などがある場合は、健康増進係へ連絡してください。
- ◇登録後に交付する「犬鑑札」、注射後に交付する「狂犬病予防注射済票」は、首輪などに装着し、飼い主が分かるようにしましょう。

次のような場合は、注射前に獣医師に相談してください。

- ◆病気の治療中または妊娠中である。
- ◆1か月以内にほかの予防接種を受けた。
- ◆1年以内にけいれん発作を起こしたことがある。

集合注射で都合がつかない場合は、下記の動物病院などでも受けられます。(※注射料金は別料金になります)

カヌマ動物病院	貝島町830-17	☎(64)5936
ペットクリニック井上	西茂呂2丁目19-3	☎(64)4773
キングダーケア動物病院	上殿町848-12	☎(65)6699
鈴木どうぶつ病院	文化橋町1998-15	☎(63)1488
阿久津獣医科医院	塩山町961-1	☎(71)1455



- 犬の「放し飼い」はいけません。散歩のときもリードをつけてください。
- 「フン」の後始末は、飼い主が責任を持ってしてください。
- 正しいしつけと健康管理をして、「鳴き声」や「におい」などで迷惑をかけるないようにしましょう。
- えさを無責任にあげることはやめてください。
- 最後まで責任を持って飼いましょう。

◎犬の飼い方に関する苦情・相談は、栃木県動物愛護指導センター☎028(684)5458で受け付けています。



## 平成22年度 がん検診が始まります！

健康課健康増進係 ☎(63)8311

がん検診には市内の指定医療機関で検査する個別検診と、検診会場に集まって検査する集団検診があります。

### ●個別検診のある検診

【子宮がん検診】4月～平成23年1月(20歳以上の女性)

【前立腺がん検診】6月～12月(50歳以上の男性)

対象者には、検診開始直前に受診券(はがき)を郵送しますので、期限内に受診してください。

### ●集団検診のある検診 4月～平成23年2月

【胃がん検診】【大腸がん】【肺がん】【子宮がん】【乳がん】  
日程表をご覧ください。健康増進係へお申し込みください。

※子宮・乳がん検診は2年に1回、年度内に偶数年齢になる人が対象です。該当年齢の年度に受診できなかった人、がんと診断された血縁者がいる人や前年度精密検査不要(または要指導)と判定された人も受診できます。希望者は、健康増進係へご連絡ください。

## 胃・大腸・肺・乳・子宮がん集団検診日程

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週間くらい前に受診票および検査用容器などを送付します。

受付時間 ○・☆・ ー午前8時30分～11時

と き	と ころ	40歳以上			委託検診 機関
		胃・大腸	肺	乳	
4月5日(月)	市民情報センター	○	☆	♡	保健衛生 事業団
18日(日)	市民情報センター	○	☆	♡	
20日(火)	西茂呂集会所	○			

### 自己負担金

胃・大腸・子宮がん検診…無料

肺がん検診(ヘリカルCT)…2,000円

乳がん検診(40歳以上)…1,000円(マンモグラフィ線検査と超音波検査)

乳がん検診(30歳代)………500円(超音波検査のみ)

## 献血にご協力ください！

健康課健康増進係 ☎(63)8311

と き 4月22日(木)

午前9時30分～正午/午後1時～4時

と ころ 市役所新館3階 302会議室

申 込 4月15日(木)までに健康増進係へ電話でお申し込みください。(当日受付可)

# 犬の登録と狂犬病予防注射 日程

	と き	と ころ
4月18日(日)	8:30 ~ 9:15	晃望台公園
	9:30 ~ 9:50	東町3丁目 東町会館
	10:05 ~ 10:25	千渡 田島豊様宅前(永島商店横)
	10:35 ~ 11:00	千渡自治会館
	11:15 ~ 11:45	菊沢東小学校校庭東側
	13:10 ~ 13:30	こばと保育園前
	13:45 ~ 14:05	JR鹿沼駅前広場
	14:15 ~ 14:35	東中学校北門
	14:45 ~ 15:00	東小学校西門
	15:10 ~ 15:35	市役所南側駐車場
4月19日(月)	9:00 ~ 9:10	池ノ森小学校南門
	9:25 ~ 9:35	下石川公民館
	9:50 ~ 10:10	鹿沼地域職業訓練センター
	10:20 ~ 10:35	津田小学校正門
	10:45 ~ 11:10	じょいふる松原
	11:20 ~ 11:30	松井電器産業(株)駐車場
	11:45 ~ 11:55	茂呂公民館
	13:20 ~ 13:40	平和通り 木村昭雄様宅前
	13:50 ~ 14:10	栄町2丁目 なかよし公園
	14:20 ~ 14:40	西茂呂集会所
	15:00 ~ 15:10	上都賀地方農業共済組合
	15:20 ~ 15:30	八幡台 広田商店前
	10:00 ~ 10:15	与洲多目的集会センター
	10:25 ~ 10:30	与洲関根橋上
10:40 ~ 10:50	山口消防詰所	
4月27日(火)	11:00 ~ 11:20	永野コミュニティセンター
	11:30 ~ 11:45	下元集会センター
	13:00 ~ 13:15	山際公民館
	13:25 ~ 13:35	倉本公民館
	4月28日(水)	9:30 ~ 9:35
9:40 ~ 9:50		発光路公民館
10:00 ~ 10:15		大八区公民館
10:25 ~ 10:30		ドライブイン栃原
10:40 ~ 10:45		馬置橋
10:55 ~ 11:05		遠木公民館
11:15 ~ 11:25		加戸笠丸公民館
11:35 ~ 11:50		森公民館
13:10 ~ 13:25		粕尾コミュニティセンター
13:35 ~ 13:55		粕尾小学校入口
14:05 ~ 14:25	松崎・小杉様倉庫(旧JA集荷所)	
4月30日(金)	9:40 ~ 9:50	水沢・尾ざく公民館
	10:05 ~ 10:20	出口・滝沢生活改善センター
	10:25 ~ 10:35	大栗公民館
	10:45 ~ 10:55	追地沢入口
	11:05 ~ 11:15	日渡路 岡本様宅
	11:25 ~ 11:45	粟野コミュニティセンター
	13:00 ~ 13:30	思川開発建設所(旧粟野支所)
	13:40 ~ 14:00	久野公民館
	14:05 ~ 14:20	下坪公民館
	14:30 ~ 15:00	深程中央公民館
	15:10 ~ 15:40	清洲コミュニティセンター

	と き	と ころ
4月14日(水)	8:50 ~ 9:10	玉田町公民館
	9:30 ~ 9:40	東武板荷駅前
	9:50 ~ 10:00	板荷2区生活向上センター
	10:10 ~ 10:20	板荷4区生活改善センター
	10:30 ~ 10:45	板荷コミュニティセンター
	10:55 ~ 11:05	板荷7区自治会館
	11:15 ~ 11:25	板荷9区生活向上センター
	13:00 ~ 13:05	古峯神社境内
	13:10 ~ 13:15	草久 滝ヶ花入口
	13:20 ~ 13:25	草久 矢野省一様宅前
	13:35 ~ 13:45	両ノ手 西生活改善センター入口
	13:55 ~ 14:05	西大芦コミュニティセンター
	14:15 ~ 14:25	塩沢 東生活改善センター
	14:30 ~ 14:40	上大久保 中里自転車店前
4月15日(木)	14:50 ~ 15:05	引田生活向上センター
	15:20 ~ 15:35	見野 住吉神社前
	15:45 ~ 16:00	菊沢西小学校正門
	9:00 ~ 9:20	上南摩町自治公民館
	9:35 ~ 9:55	旭が丘 運動公園野球場入口
	10:05 ~ 10:20	西沢2区公民館
	10:30 ~ 10:50	西沢1区公民館
	11:00 ~ 11:20	南摩コミュニティセンター
	13:00 ~ 13:10	亀和田町集落センター
	13:20 ~ 13:30	北赤塚町公民館
4月16日(金)	13:40 ~ 13:55	磯町公民館
	14:15 ~ 14:45	南押原コミュニティセンター
	14:55 ~ 15:05	藤江町コミュニティセンター
	15:15 ~ 15:25	南上野町公民館
	15:35 ~ 15:45	南上野町 善林福一様宅前
	9:05 ~ 9:10	馬返ふれあいセンター
	9:20 ~ 9:25	上久我第6区公民館
	9:40 ~ 9:55	上久我第一自治会館
	10:05 ~ 10:20	加蘇中学校駐車場
	10:30 ~ 10:50	加蘇コミュニティセンター
	11:00 ~ 11:10	野尻公民館
	11:20 ~ 11:30	東大芦コミュニティセンター
	13:00 ~ 13:10	下沢 スーパー小林
	13:20 ~ 13:30	下沢 鹿沼市森林組合
13:40 ~ 13:45	笹原田 川田製作所向い	
4月17日(土)	14:00 ~ 14:10	酒野谷公民館
	14:25 ~ 14:35	翁屋横 奈佐原文楽用具収納庫
	14:45 ~ 14:55	奈良部町生活センター
	15:05 ~ 15:25	みなみ町 くぼやま公園
	15:40 ~ 16:00	北押原コミュニティセンター
	9:00 ~ 9:30	東武縦山駅前
	9:45 ~ 10:00	上殿町 船岡本店前空き地
	10:15 ~ 10:35	特別養護老人ホーム ハーモニー前
	10:50 ~ 11:10	鹿沼商工高校正門前
	11:25 ~ 11:45	万町 JAかみつが鹿沼支店
4月17日(土)	13:10 ~ 13:40	北小学校正門前
	13:55 ~ 14:20	西鹿沼町自治会館
	14:35 ~ 15:05	日吉町 疋田整骨院前
	15:20 ~ 15:40	坂田山2丁目 鹿沼市防災センター前