

みんなの健康



集団がん検診・特定健診・肝炎ウイルス検診・
骨粗しょう症検診・風しん抗体検査

健康課健康増進係 ☎(63)8311

受診方法・申込

検診・健診は、予約制です。定員になり次第締め切ります。当日の受付時間、受付番号も併せて通知します。申込者には検診日の1週間程度前に問診票や検査容器などを送付します。

特定健診の受診には、加入している健康保険の保険者から交付された受診券と保険証が必要です。

「がん検診」は自覚症状のない人が対象です。症状がある人は病院で診療を受けてください。また、がん治中・経過観察中の人は、がん検診の受診について主治医に相談してください。

自己負担金

特定健診 ……加入中の健康保険組合が指定した額
胃・大腸がん検診 ……無料
(胃がん検診は、当日の体調によっては受診不可)
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) ……5,000円
前立腺がん・子宮頸がん検診 ……各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)
肝炎ウイルス検診 ……無料
骨粗しょう症検診
※1(40・45・50・52・55・60・65・70歳の女性) ……500円
風しん抗体検査※2(41~58歳の男性) ……無料・クーポン券要

とき	ところ	受付時間	50歳以上		40歳以上				30歳以上		20歳以上		※1	※2	検診機関
			毎年1回	生涯1回	毎年1回				2年に1回						
			前立腺がん	肝炎ウイルス	特定健診	胃がん	肺がん	大腸がん	乳がん	子宮頸がん	骨粗しょう症	風しん抗体			
5月17日(日)	市民情報センター	午前8時~11時	○	○		○	CT	○	○	○	○			栃木県保健衛生事業団	
20日(水)			○	○		○	CT	○	○	○				宇都宮健康クリニック	
29日(金)	板荷コミュニティセンター		○	○		○	レントゲン	○	○	○					
6月4日(木)	加藤コミュニティセンター		○	○		○	レントゲン	○	○	○					
7日(日)	市民情報センター		○	○	○	○	CT	○	○	○		○			
13日(土)	菊沢コミュニティセンター		○	○		○	レントゲン	○	○	○					
14日(日)	栗野コミュニティセンター		○	○	○	○	レントゲン	○	○	○		○		栃木県保健衛生事業団	

健診・教室の中止について

新型コロナウイルス感染症の影響により、以下の健診・教室は中止になりました。

行事名	とき	問い合わせ先
離乳食教室	5月19日(火)	母子健康係
マタニティ歯科教室	5月27日(水)	☎(63)2819
パワーアップ運動教室	5月15日(金)	市民健康係 ☎(63)8312
歯と口のいきいき健診	6月18日(木)	
かんたんらくらく運動教室	5月26日(火) 6月23日(火)	
糖尿病予防教室 前期コース	5月、6月、 7月、8月	
慢性腎臓病予防教室 前期コース	6月、7月、 8月	

「令和2年度がん検診・各種検診受診券」 お詫びと訂正

4月上旬に受診対象者に送付した「令和2年度がん検診・各種検診受診券」の内容に誤りがありました。以下のとおりお詫びして訂正します。

⑤ 集団がん検診日程

11月22日(日)市民情報センターの肺がん・結核検診の検査方法

正: CT(ヘリカルCT) 誤: レン(レントゲン)



5月の休日・夜間救急医療

まずは救急電話相談窓口へ連絡を

子ども ☎#8000 (月~土は午後6時~翌朝8時、日・祝は24時間受付)
大人 ☎#7111 (月~金は午後6時~10時、土・日・祝は午後4時~10時)

持ち物 ①健康保険証 ②おくすり手帳
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

新型コロナウイルス対策として、診療所内への入場前に発熱などの症状の有無を確認しています。ご協力ください。

昼間	内科・小児科・歯科	夜間	内科・小児科
	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)		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*	3日(日)	上都賀総合病院	☎(64)2161
	4日(月)	休日夜間急患診療所	☎(65)2101
	5日(火)	休日夜間急患診療所	☎(65)2101
	6日(水)	休日夜間急患診療所	☎(65)2101
	10日(日)	御殿山病院	☎(64)2131
	17日(日)	荒木医院	☎(64)2775
	24日(日)	西方病院	☎0282(9)2323
	31日(日)	休日夜間急患診療所	☎(65)2101

*4~6日・31日は午前10時~午後5時(正午~午後1時は休診)、上記以外は、消防本部 ☎(63)1141へ。

いちご チャレンジ15健康マイレージ

健康課健康増進係 ☎(63)8311
〒322-8601 今宮町1688-1

「チャレンジ15健康マイレージ」は、健康診断・がん検診の受診や、生活習慣改善のための取り組みによって、ポイントを貯めることができる制度です。

実施期間 令和3年2月28日(日)まで

対象 平成13年4月1日以前生まれの市民

参加方法 応募用紙に記載されているチャレンジ内容を実施し、結果等を記入の上、健康課(市役所本館1階⑫番窓口)へ直接または郵送で。

※応募用紙は健康課または市ホームページにあります。

応募期限 令和3年3月5日(金)(消印有効)まで

5歳児健診(いちご5歳児健診)

健康課母子健康係 ☎(63)2819

心理相談員と保健師が、幼稚園・保育園・認定こども園を巡回し、集団場面における発達状況や適応状況を確認し、必要に応じ保護者や保育士にアドバイスを行います。

対象 市内在住で、令和2年度中に5歳になる児童
※対象の児童には問診票を送ります。

骨髄移植ドナー支援事業

健康課健康増進係 ☎(63)8311

骨髄・末梢血幹細胞移植の実現や、ドナー登録者の増加を推進するため、市内に住む骨髄等の提供者(ドナー)とドナーを雇用する事業所への助成金の交付を行っています。

助成対象 次の①②を全て満たす人と、その人を雇用する事業所

①日本骨髄バンクのドナー登録により、骨髄等の提供を完了した人

②市内在住で、市税の滞納がない人

交付額 ・ドナー 骨髄等の提供のための通院・入院の日数(上限7日)×2万円

・事業所 上記の日数×1万円

申込 骨髄提供完了から60日以内に、申請書・日本骨髄バンク発行の証明書等を健康増進係(市役所本館1階⑫番窓口)へ提出。

※申請書は市ホームページにあります。



チャレンジ15健康マイレージを実施しています。対象事業には左のいちごマークが付いています。詳しくは健康ガイドブックをご覧ください。

おことわり

掲載されている検診・健診・教室等については、新型コロナウイルス感染拡大状況によっては、規模縮小または中止となる場合があります。



10年に1度の機会です 歯周病検診を受けましょう

健康課健康増進係 ☎(63)8311

とき 5月1日(金)～令和3年2月28日(日)
(休診日を除く)

対象 今年度40・50・60・70歳になる人
※対象者には受診券(はがき)を送付します。
※総入れ歯の人は受診をご遠慮ください。

内容 問診、歯周組織検査

持ち物 受診券(治療が必要な場合は保険証)

料金 無料(治療が必要な場合は有料)

受診方法 検診が受診可能な市内の歯科医院(受診券参照)に直接電話で予約の上、受診。

令和2年度高齢者肺炎球菌ワクチン

健康課健康増進係 ☎(63)8311

とき 4月1日(水)～令和3年3月31日(水)

ところ 市内医療機関

※施設や市外医療機関で接種する場合はお問い合わせください。

対象 次の①②のいずれかを満たす人

①今年度65・70・75・80・85・90・95・100歳になる人

65歳	昭和30年4月2日生～31年4月1日生
70歳	昭和25年4月2日生～26年4月1日生
75歳	昭和20年4月2日生～21年4月1日生
80歳	昭和15年4月2日生～16年4月1日生
85歳	昭和10年4月2日生～11年4月1日生
90歳	昭和5年4月2日生～6年4月1日生
95歳	大正14年4月2日生～15年4月1日生
100歳	大正9年4月2日生～10年4月1日生

②接種日に60歳以上65歳未満で、心臓や腎臓、呼吸器の機能、免疫機能に障害がある人(障害者手帳1級該当者)

※対象者には、4月上旬に受診券はがき(薄いグリーン)を送付しました。過去に高齢者肺炎球菌ワクチン(ニューモバックス)を接種済みの人は対象外です。接種履歴等を確認して接種してください。

助成額 3,500円(生涯1度)

持ち物 受診券はがき(薄いグリーン)

※生活保護受給者は、「休日夜間等緊急用の医療費受給資格証」の提示により無料になります。

申込 医療機関に直接予約してください。

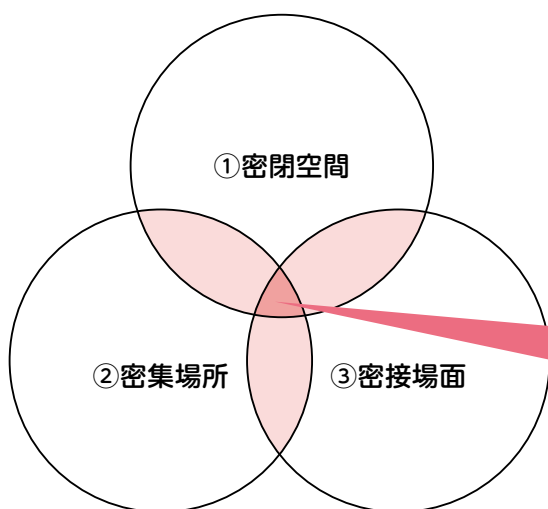
新型コロナウイルス感染症を予防しましょう

健康課健康増進係 ☎(63)8311

市民の皆さんへのお願い

- 一人一人のせきエチケット（せきやくしゃみをするときに、マスクやティッシュ・ハンカチ、服のそでを使って、口や鼻をおさえること）や手洗いなどの実施がとても重要です。感染症対策を徹底しましょう。
- 風邪の症状がある場合は、外出を控えましょう。
- 換気が悪く、多くの人が密に集まって接触する空間は、集団感染が発生するリスクが高いです。そのような場所への訪問は避けましょう。

3つの「密」を避けましょう



- ①密閉空間…換気が悪い空間
- ②密集場所…手の届く範囲に多くの人がいる場所
- ③密接場面…近距離での会話や発声がある場面

3つの条件がそろう場所が
クラスター（集団）発生リスクが高い！

※3つの条件のほか、**共同で使う物品**には消毒などを行ってください。

人権に配慮した行動を

新型コロナウイルス感染症は、誰もが不可抗力で感染してしまう恐れがあり、同時に他人へ感染させてしまうかもしれないものです。

感染した人やその家族・関係者、感染が拡大している地域に居住している人などに対して、情報の真偽に関わらず、差別や偏見、いじめが行われることがないように、人権に配慮した冷静な行動をお願いいたします。

新型コロナウイルスに感染しているかと思ったら

次のいずれかの症状がある人は、**県西健康福祉センター☎(62)6225**へご相談ください。

- ・風邪の症状や37.5度以上の発熱が、4日以上続いている。
※高齢、基礎疾患者、妊婦は2日以上。
- ・強い倦怠感（だるさ）や呼吸困難（息苦しさ）がある。