

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。申込者には検診日の1週間程前に問診票や検査容器、受付時間の通知を送付します。今年感染症対策のため、時間を区切って受け付けします。

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、がん治療中・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。

※「がん検診」は、がんの早期発見等に有効ですが、偽陰性・偽陽性や放射線による被ばく、バリウムの誤嚥、腸閉塞・穿孔等のリスクもあります。ご理解の上、受診してください。

自己負担金 (年齢基準日:令和4年3月31日)

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(42~58歳の男性) ……無料・クーポン券必要

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		検診機関
			毎年1回	生涯1回	毎年1回					2年に1回		※1	※2	
			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16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
19日(水)	市民情報センター		○	○		○	CT	○	○	○	○			宇都宮健康クリニック
28日(金)	板荷コミュニティセンター		○	○		○	レントゲン	○	○	○	○			
6月3日(日)	加藤コミュニティセンター		○	○		○	レントゲン	○	○	○	○			
6日(日)	市民情報センター		○	○	○	○	CT	○	○	○	○		○	栃木県保健衛生事業団
12日(土)	菊沢コミュニティセンター		○	○		○	レントゲン	○	○	○	○			
13日(日)	栗野コミュニティセンター		○	○	○	○	レントゲン	○	○	○	○		○	
14日(月)	市民情報センター(女性のみ)			○	○	○	レントゲン	○	○	○	○			

令和3年度「三歳児よい歯のコンクール」・「親と子のよい歯のコンクール」参加者募集

健康課母子健康係 ☎(63)2819

県主催の「三歳児よい歯のコンクール」および「親と子のよい歯のコンクール」の第一次審査を行います。審査に合格した人は、市代表としてコンクールに出場となります。歯の健康に自信のある人はぜひお申し込みください。

参加条件 令和2年4月1日~3年3月31日に「3歳児健診」を受診した子どもとその保護者

○一次審査

とき 5月13日(日)
受付 午後1時~2時
口腔検診 午後1時30分~3時
ところ 市民情報センター2階
持ち物 母子健康手帳
申込 5月6日(日)までに、母子健康係へ。

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の状況によっては、規模縮小または中止となる場合があります。



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のため、インフルエンザの検査は行っていません。ご注意ください。

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	2日(日)	上都賀総合病院	☎(64)2161
	3日(月・祝)	休日夜間急患診療所	☎(65)2101
	4日(火・祝)	休日夜間急患診療所	☎(65)2101
	5日(水・祝)	鹿沼脳神経外科	☎(63)1333
	9日(日)	御殿山病院	☎(64)2131
	16日(日)	荒木医院	☎(64)2775
	23日(日)	西方病院	☎0282(92)2323
30日(日)	休日夜間急患診療所	☎(65)2101	

※3・4・30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。

ワクチン接種

気候非常事態

シニアプロ特定健診

長寿計画介護認定

在宅医療

納税・アイドル

市民のひろば

フロッシユ

健康

お知らせ

いちご市の本棚

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4年2月28日(月)まで

対象 平成14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)へ郵便または直接提出。

※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4年3月4日(金) (消印有効)まで

5歳児健診(いちご⁵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3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をいずれも満たす人と、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市内に住所を有し、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。

※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。

健康課市民健康係 ☎(63)8312

糖尿病は静かに進行して合併症を発症する病気です。この機会にみんなで一緒に学んでみませんか。

とき	内容
5月24日(月) 午後1時15分 ～3時30分	医師の講話 「糖尿病って何?」
6月24日(木) 午前10時～正午	保健師・栄養士の講話 「生活習慣を振り返って糖尿病予防!」
7月21日(水) 午前9時～正午	運動の実践! 「楽しく運動して糖尿病予防」
8月27日(金) 午前10時 ～午後1時30分	調理実習! 「糖尿病予防のための食事」

※1コース4回。毎回教室の15分前より体重測定実施。

ところ 市民情報センター

対象 1コース4回通して参加できる人(特に、特定健診を受診し、血糖機能の値が低下している人や、興味・関心のある人)

定員 25人 申込 市民健康係へ電話で。

令和3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(木)～令和4年3月31日(木)

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31年4月2日生～32年4月1日生
70歳	昭和26年4月2日生～27年4月1日生
75歳	昭和21年4月2日生～22年4月1日生
80歳	昭和16年4月2日生～17年4月1日生
85歳	昭和11年4月2日生～12年4月1日生
90歳	昭和6年4月2日生～7年4月1日生
95歳	大正15年4月2日生～昭和2年4月1日生
100歳	大正10年4月2日生～11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(桃色)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(桃色)

※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。

マイレージ 歯と口のいきいき健診

健康課市民健康係 ☎(63)8312

「いつまでも健康な自分の歯と口で、おいしく食事をしたい、楽しく会話したい…」誰もが願うことです。その願いをかなえるためにも「健口」チェックをしませんか？

と き 6月17日(木)、7月10日(土)、8月19日(木)
各日午後0時45分～2時30分
(時間指定あり)

ところ 休日急患歯科診療所(貝島町5027-5)
内容 歯と口の健診(むし歯や歯周病のチェック)、個別相談等

対象 20～74歳 **定員** 40人
参加料 無料 **申込** 市民健康係へ電話で。

マイレージ かんたんらくらく運動教室

健康課市民健康係 ☎(63)8312

運動を始めたい人、1人では運動が続かず悩んでいる人、ぜひみんなで楽しく運動しましょう！

と き 5月18日(火)午後2時～3時
受付 午後1時30分～2時

ところ 市民情報センター1階
内容 今月のテーマ「有酸素運動」

※テーマは毎月変わります。
定員 15人程度(先着順)
申込 市民健康係へ電話で。

5月31日(月)は「世界禁煙デー」 5月31日(月)～6月6日(日)は「禁煙週間」です

健康課市民健康係 ☎(63)8312

たばこには多くの有害物質が含まれ、喫煙は、がん、心臓病、脳血管疾患、呼吸器疾患などの発症や死亡に深く関係しています。また、歯周病や低出生体重児の出生、流・早産の危険因子でもあるほか、たばこの煙を吸ってしまう周囲の人にも同様の害があります。

この機会に、喫煙による健康被害や未成年者の喫煙防止、受動喫煙の防止について考えてみましょう。



マイレージ 離乳食教室

健康課母子健康係 ☎(63)2819

と き 5月10日(月)・27日(木)
各日午後1時30分～3時30分

※身長体重を測ります。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 令和2年9・10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、子どものスプーンと食事用エプロン、バスタオル

申込 母子健康係へ電話で。

マイレージ 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口腔の健康を見直してみましよう。歯科健診が受けられます。

と き 5月26日(水)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、母子健康係へ電話で。

マイレージ 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(土)～令和4年2月28日(月)
(休診日を除く)

内容 問診、歯周組織検査

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。

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。

