

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

受診方法・申込

健康課健康増進係 ☎(63)8311

検診・健診は、予約制です。定員になり次第締め切ります。インターネットかお電話で申し込みください。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。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7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	乳がん検診（40歳以上）	1,000円（マンモグラフィ+超音波）
大腸がん検診	無料	「（30歳代）	500円（超音波検査のみ）
肺がん検診（レントゲン:X線レントゲン撮影）	200円	肝炎ウイルス検診	無料
「（CT:ヘリカルCT）	5,000円	骨粗しょう症検診	1（30・40・45・50・52・55・60・65・70歳の女性）
胃がん・前立腺がん・子宮頸がん検診	各500円		500円

（胃がん検診は、当日の体調によっては受診不可）

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	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		
5月15日	市民情報センター	午前8時～11時 (時間指定あり)					CT					宇都宮健康クリニック
19日							CT					栃木県保健衛生事業団
24日							レントゲン					
6月2日	加蘇コミュニティセンター					CT						
3日	市民情報センター						レントゲン					
8日	菊沢コミュニティセンター						レントゲン					
10日	市民情報センター(女性のみ)						レントゲン					栃木県保健衛生事業団
16日	市民情報センター					レントゲン					宇都宮健康クリニック	



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

健康診断・がん検診の受診や、日々の生活習慣改善でポイントを獲得できる！健康マイレージ事業にぜひご参加ください。※いちごマークが対象です。

対象 平成19年4月1日以前生まれの鹿沼市民

今年度に18歳・19歳になる人も応募できます。

実施期間 令和7年2月28日 まで

参加方法 健康課や市ホームページ等にある応募用紙の内容を実施し、結果等を記入の上、健康課（市役所2階 番窓口）へ郵送または直接提出。

詳しくは、応募用紙を確認してください。

応募期限 令和7年3月3日（消印有効）まで



お得に受診できます 21歳、41歳の女性のがん検診

健康課健康増進係 ☎(63)8311

がんは、早期発見できれば、ほとんどが治療で治ります。21歳の女性は無料で子宮頸がん検診を、41歳の女性は500円で乳がん検診を受診できます。お得に受診できるのは令和6年度限りになりますので、この機会にぜひ受診しましょう。

対象者には、4月下旬ごろに「子宮頸がん・乳がん検診クーポン券」を郵送します。

対象者（年度末年齢）

子宮頸がん検診（女性）

平成15年4月2日～平成16年4月1日生まれ(21歳)

乳がん検診（女性）

昭和58年4月2日～昭和59年4月1日生まれ(41歳)



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 ~ 令和7年2月28日 (休診日を除く)
- 内 容** 問診、歯周組織検査
- 対 象** 今年度40歳、50歳、60歳、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。



歯と口のいきいき健診

健康課市民健康係 ☎(63)8312

- と き** 6月6日、7月6日、8月22日
受付午後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** インターネットまたは電話で。



5月の休日・夜間救急医療

まずは、栃木県救急医療電話相談へ連絡を

大人《概ね15歳以上》☎#7119または☎028(623)3344
(月~金は午後4時~翌日午前10時、土・日・祝は、午前10時~翌日午前10時)

子ども《概ね15歳未満》☎#8000または☎028(623)3511
(月~金は午後4時~翌日午前10時、土・日・祝は、午前10時~翌日午前10時)

※[#7111]は令和6年4月1日から[#7119]に変更になりました。
広報かぬま4月号(3月25日発行号)と同時配布の「鹿沼市健康ガイドブック」では、変更前の情報が掲載されていますのでご注意ください。

休日・夜間急患診療所 貝島町5027-5 ☎(65)2101

利用するときは、事前にお電話ください。
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。

	内科・小児科・歯科	夜間	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)		日曜日・祝日等 午後7時~10時 (受付は午後9時30分まで) 平日(月・水・金曜日) 午後7時~9時 (受付は午後8時30分まで)

在宅当番医

外科 (昼間) 午前9時~ 午後5時	3日(金) 西方病院 ☎0282(92)2323
	4日(土) 上都賀総合病院 ☎(64)2161
	5日(日) 上都賀総合病院 ☎(64)2161
	6日(月) 休日夜間急患診療所 ☎(65)2101
	12日(日) 御殿山病院 ☎(64)2131
	19日(日) 荒木医院 ☎(64)2775
	26日(日) 西方病院 ☎0282(92)2323

上記以外は、消防本部☎(63)1141へ。



プレパパ・プレママデビュー塾

健康課母子健康係 ☎(63)2819

- と き** 6月9日 午前10時~11時30分
- と ころ** 市民情報センター2階 子育て情報室
- 内 容** 助産師の講話
- 対 象** 妊婦さんとその家族
- 定 員** 25組(先着順) 参加料 無料
- 持ち物** 母子健康手帳
- 申 込** 6月5日 までに、母子健康係へ電話で。



離乳食教室

健康課母子健康係 ☎(63)2819

- と き** 5月14日、31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・試食
- 対 象** 令和5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、子どものスプーンと食食用エプロン、バスタオル
- 申 込** 電話、または二次元コード
からお申し込みください。



2歳児教室

健康課母子健康係 ☎(63)2819

- と き** 5月23日 午前10時~11時30分
受付 午前9時30分~10時
- と ころ** 市民情報センター2階
- 内 容** 講話・遊び・健康相談 定員 15組
- 対 象** 2歳のお子さん(2歳0カ月~2歳11カ月)
- 持ち物** 母子健康手帳、水分補給用の飲み物
- 申 込** 電話、または二次元コード
からお申し込みください。

5月31日は「世界禁煙デー」 5月31日から6月6日までは「禁煙週間」です

健康課市民健康係 ☎(63)8312

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り、周囲で煙を吸わされる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。

マイナンバー・税

大戸川

納税メモ
かえる組

長寿計画
介護保険料

特定健診
ヒトパピーマイルス

共済会
フラッシュ

市民のひろば

みんなの健康

お知らせ

クビラツヤカミ

5歳児健診いちご^こ健診^このお知らせ

健康課母子健康係 ☎(63)2819

対象 市内在住で、令和6年度内に5歳になるお子さん

内容 心理相談員と健康課保健師が、市内の幼稚園・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。

対象のお子さんには問診票を送付しています。



糖尿病予防教室

健康課市民健康係 ☎(63)8312

①	5月20日 午後1時15分～3時30分	医師の講話 「糖尿病って何？」
②	6月20日 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！」
③	7月30日 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」
④	8月27日 午前9時45分～正午	運動実践！ 「楽しく運動して糖尿病予防」

4回1コース制

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
・健診で血糖値が基準値より高めの人
・興味、関心のある人

定員 25人 **申込** 市民健康係へ電話で。



骨こつパワーアップ運動教室

健康課市民健康係 ☎(63)8312

	①保健師・栄養士の講話 +運動実践	②運動実践
Aコース	7月19日	8月23日
Bコース	10月25日	11月22日
Cコース	1月24日	2月21日

とき 午前10時～11時30分（受付9時45分～）
午前10時～11時（受付9時45分～）

ところ 市民情報センター1階

対象 ・今年度に骨粗しょう症検診を受診した人
・骨粗しょう症に興味・関心があり、生活改善意欲のある人（74歳まで）

かつ

・2回1コース制全て参加できる人

定員 各コース25人程度 先着順
（1人1コースのみ予約可）

持ち物 筆記用具、飲み物、タオル

申込 6月3日 から、市民健康係へ電話で。

骨髄移植ドナー支援事業

健康課健康増進係 ☎(63)8311

助成対象 次の をいずれも満たす人と、その人を雇用する事業所

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

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

申請方法 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2階 番窓口）へ。

申請書は市ホームページにあります。

令和6年度から対象者が変わります 高齢者肺炎球菌ワクチン

健康課健康増進係 ☎(63)8311

対象者 過去に高齢者肺炎球菌ワクチン（ニューモバックス）を接種していない、次の のいずれかを満たす人

接種日に65歳の人

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65歳を迎える誕生日の前月末に受診券を送付します。

費用 接種料金から助成額3,500円を差し引いた額
持ち物 受診券はがき

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。

医療用ウィッグ・乳房補整具 購入費補助のご案内

健康課健康増進係 ☎(63)8311

対象者 鹿沼市民で、がん治療を受けているまたは受けた人のうち医療用ウィッグまたは乳房補整具を購入した人

補助内容 購入費（消費税込み）の10分の9の額（千円未満切捨て）

・医療用ウィッグ 上限30,000円
・乳房補整具 上限20,000円
（補整下着、シリコンパット等）

申請方法 購入日の翌日から1年以内に健康課に申請してください。申請書は健康課窓口で入手または市のホームページからダウンロードできます。詳しくは、健康課または市ホームページをご確認ください。