

# 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

電話またはインターネットでの予約制です。定員になり次第締め切ります。

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。

### 自己負担金（年齢基準日：令和7年3月31日）

- 1 特定健診..... 加入中の健康保険組合が指定した額
- 2 肺がん検診..... X線レントゲン撮影：200円、ヘリカルCT：5,000円
- 3 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）
- 4 骨粗しょう症検診の対象者は、30.40.45.50.52.55.60.65.70歳の女性および令和5年度対象で未受診だった女性

とき	ところ	受付時間 (時間指定あり)	50歳以上	40歳以上			30歳以上	20歳以上	※4	検診機関		
			毎年1回	生涯1回	毎年1回			2年に1回				
			500円	無料	※1	500円	※2	無料			※3	500円
			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	
6月19日	市民情報センター(40歳未満のみ)	午前9時～11時										栃
23日	市民情報センター	午前8時～11時					締切					
27日	東部台コミュニティセンター						レントゲン					
30日	北押原コミュニティセンター						CT					
7月1日	市民情報センター(女性のみ)						レントゲン		締切			
6日	市民情報センター						締切					宇
11日							レントゲン					

検診機関 栃：栃木県保健衛生事業団 宇：宇都宮健康クリニック



## Y B t ] — X i ^ M ,

健康課健康増進係 ☎(63)8311

全国的に血液確保が困難な状況が続いています。輸血用血液は長期保存ができないため、年間を通じて安定的に確保することが必要です。多くの人のご協力をお待ちしています。はじめての人もぜひ、献血にご協力ください。

とき 6月21日  
午前10時～11時45分、午後1時～4時  
ところ 市役所敷地内駐車場（献血バス）  
予約不要

Ú Ê Ð é Ç é Ī -  
À Û Ü Ò á Ā ù Ò 9 Ē



## DwsÔ÷ yx©•

‡ c x ç æ ] y x © • ? é ï Š • È W )

Gy~“v @ Ž Ī - x ĩ ‡ h x x ç £  
ç D T M Ú x • T M ĩ T M L Ō • 2 ĩ Ī - Ō - U x z 2 ĩ T M L Ō • 2 ĩ £  
r ~ “ v @ ° - - x ĩ ‡ h x x ç £  
ç D T M Ú x • T M ĩ T M L Ō • 2 ĩ Ī - Ō - U x z 2 ĩ T M L Ō • 2 ĩ £

s Ō ÷ x ñ • t y ‹ a Ê x ç £

b ; b “ q V x Ž 2 t S ? é X i ^ M {  
ý - é Ē ç ç µ 0 f g ` o z • t ° • w Ō Ō 2 t C ä  
s r w ± Y w Ā ) - Y ` o M ‡ b {

° J - Ç J Ā J	° J - Ç J
© Ō 5 Ō - U Ō s	÷ Ō 5 ~ U Ō s
• 2 ĩ T M Y •	• T M ĩ T M ĩ
y ç ! Ç x • 2 ĩ ü ‡ p £	y ! Ç x • T M ĩ ü ‡ p
• T M ĩ T M ĩ	• Ō D K + K Ū 5 Ō
ç ! Ç x • T M ĩ ü ‡ p £	• T M ĩ T M ĩ
	ç ! Ç x • T M ĩ ü ‡ p £

O P p j ©

Ž y J	Ō	Ō £	í N ĩ ĩ ù ´	Ā x ç £
ç © £	Ō	Ō £	š < •	x ç Ā £
• 2 ĩ T M	Ō	Ō £	á	æ x © £ Ā
• T M ĩ	Ō	Ō £	b	M x ´ ç £ Ā
	Ō	Ō £	s Ō ÷ x ñ • t	x ç £

Í Ġ Ž Ž x z w Š æ x ç £ • {



## 20・25・30～39歳の人のための 40歳未満の健康診査

健康課市民健康係 ☎(63)8312

健康診査(受付) 午前9時～11時	結果説明会 午前9時30分～正午	託児 (健診時)
6月19日	7月31日	
8月6日	9月10日	×
8月29日	10月3日	
11月9日	12月14日	
12月5日	1月14日	×

ところ 市民情報センター

対象 今年度20・25・30～39歳になる人で、健康診査を受ける機会のない人

健診項目 理学的検査、身体測定、血圧、脂質代謝、肝機能、糖代謝、腎機能、心電図、眼底検査、貧血検査

定員 各回80人(先着順) 料金 1,000円

申込 Web予約または市民健康係へ電話で。

託児(要電話予約)先着10人

## 6月4日～10日は 「歯と口の健康週間」です

健康課市民健康係 ☎(63)8312

歯や口の病気には「むし歯」や「歯周病」があり、進行すると歯を失うことも。歯がなくなると、硬いものが噛めなくなり栄養の偏りによる生活習慣病をまねいたり、栄養不足で筋力が落ち、身体能力が低下する原因になります。

また、むし歯の原因菌や歯周病菌が歯の血管を通して、全身の健康に関わることが分かっています。口の健康は全身の健康を守ることもつながっています。

この機会に歯の健診や治療を受けましょう。

## 在宅要介護高齢者等歯科保健推進事業 家庭で歯の治療が受けられます

健康課市民健康係 ☎(63)8312

市では、通院が困難な要介護高齢者などの口腔状態改善を図るため「在宅要介護高齢者等歯科保健推進事業」を実施しています。

内容 歯科医師などが訪問して、口腔清掃、義歯の調整・使用方法の指導、歯周病・むし歯等に対する応急処置、その他必要と認められることについて診察します。

保健師・歯科衛生士が訪問前に調査を行います。

対象 市内に住所を有する、要介護状態などで通院が困難なおおむね65歳以上の人

費用 診察費用(保険適用)と歯科医師の交通費

申込 市民健康係へ電話で。



## こっ 骨こつパワーアップ運動教室

健康課市民健康係 ☎(63)8312

骨粗しょう症は「自分には関係ない」今はまだ大丈夫」と思っているあなた。骨量は一度低下すると改善しません。今日から正しい食事・運動を学んで、骨量低下を食い止めましょう!

	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20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。

## あなたのこころは元気ですか?

健康課市民健康係 ☎(63)8312

新しい環境の変化により、気分が落ち込むなど、こころの不調はありませんか?

健康課では、保健師によるこころの相談を行っています。悩みを抱えた本人だけでなく、家族からの相談にも応じています。こころの不調を感じた時には、一人で抱え込まず、ご相談ください。

- ・鹿沼市役所 健康課 ☎(63)8312  
(平日午前8時30分～午後5時)  
12月29日～1月3日は休業期間です。
- ・栃木いのちの電話 ☎028(643)7830  
(365日24時間)
- ・SNS相談「こころの相談@とちぎ」  
(日・月・水曜日 午後6時～10時)





## 2歳児教室

健康課母子健康係 ☎(63)2819

2歳のお子さんを対象に、歯の健診、歯の健康・栄養についての講話を行います。

と き 6月25日 午前10時～11時30分

ところ 市民情報センター2階

内 容 講話・歯科健診・ブラッシング指導

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

申 込 電話または二次元コードからお申し込みください。

## 安心して出産・育児を迎えるために、 妊産婦健康診査を受けましょう♪

健康課母子健康係 ☎(63)2819

妊婦健康診査は、妊婦さんの健康状態や、お腹の赤ちゃんの発育を確認するために大切な健診です。

産婦健康診査は、産後のお母さんの体調の回復や、赤ちゃんの育児を楽しく行うために大切な健診です。

健診を受けることで、病気などに早く気づき、対応することができます。健診費用には、一部助成があります。定期的いきちんと健診を受けましょう。

妊産婦健康診査受診票(ハローベビー手帳)は、母子健康手帳と併せて交付しています。妊娠が分かったら、早めに妊娠届を出しましょう。

## 6月1日～7日は 「HIV検査普及週間」です

県西健康福祉センター ☎(62)6225

HIV検査普及週間にあわせて、性感染症の検査を実施します。ぜひご利用ください。

と き	6月6日	
	午前9時～10時	午後5時～7時
ところ	栃木県県西健康福祉センター2階	
検査項目	HIV(必須)、梅毒、性器クラミジア、淋菌	
予 約	不要	要 (当日午後4時まで)
その他	費用無料、匿名で受けられます。HIVは感染の機会があつてから、12週間以上経過してから検査を受けましょう。	

## 楽しく学ぶ親子歯と口の健康教室

健康課母子健康係 ☎(63)2819

学校教育課学校教育係 ☎(63)2239

保育課保育認定係 ☎(63)2174

むし歯予防の一環として、むし歯予防に効果のある「フッ素イオン導入法」の紹介や、歯科医師、歯科衛生士による相談などを実施します。

ぜひ参加してください。

と き 6月15日

受 付 年長児...午後1時30分～2時15分

小学校1、2年生...午後2時15分～3時

ところ 市民情報センター1階、2階

対 象 市内在住の小学校1、2年生

市内在住の保育園、児童館、幼稚園の年長児

参加料 500円(薬品代)

申 込 小学校、保育園、児童館、幼稚園から申込用紙を配布します。市外に通っている人は、6月7日までに母子健康係へ電話で。

共 催 一般社団法人 鹿沼歯科医師会

## 不妊治療費の一部を助成します

健康課母子健康係 ☎(63)2819

助成額 不妊治療に関わる保険適用外医療費の2分の1(ただし、他の制度に基づく給付金等を差し引いた額で、15万円が上限です)

男性不妊治療も助成対象になります。

助成条件 ・市内に1年以上居住していること  
・医療保険各法の被保険者または被扶養者であること  
・市税に滞納がないこと

申請期限 一連の治療の最終治療日の属する年度の翌年度末まで

申請回数 一夫婦、通算して5回まで可能