

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	500円		
			500円	無料	※1	500円	※2	無料	※3	500円	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		
10月19日(出)	東大芦コミュニティセンター	午前8時～11時	○	○		○	レントゲン	○	○	○	○	宇	
20日(日)	粕尾コミュニティセンター		○	○	○	○	CT	○				栃	
22日(火)	市民情報センター		○	○		○	レントゲン	○	○	○	○	栃	
27日(日)	東部台コミュニティセンター		○	○	○	○	縮切	○	○	○	○	栃	
29日(火)	市民情報センター(女性のみ)			○	○	○	レントゲン	○	縮切	○	○	栃	
30日(水)	栗野コミュニティセンター		○	○		○	CT	○	○	○	○	宇	
11月 8日(金)	市民情報センター	午前9時～11時	○	○		○	CT	○	○	○	○	宇	
9日(土)	市民情報センター(40歳未満のみ)								○	○		栃	
10日(日)	市民情報センター		○	○	○	○	レントゲン	○	○	○	○	宇	

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

10月は「がん検診受診率向上に向けた集中キャンペーン」月間です

「がん」は、早期に発見し治療を受ければ治すことができる病気です。「がん」の早期発見には、がん検診を受けることが最も有効です。自分自身やあなたを必要とする人のためにも、がん検診を受けましょう。



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)
11月 9日(土)	12月14日(土)	○
12月 5日(木)	1月14日(火)	×

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95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

市民健康フォーラム2024

健康課母子健康係 ☎(63)2819

上都賀郡市医師会 ☎(64)5141・FAX(63)4945

認知症を予防できる要因で最も影響が大きい難聴について、目からうるこのトレーニング法を聞いてみませんか。

と き 11月10日(日)午後1時30分～

ところ 市民情報センター5階 マルチメディアホール

演題 「難聴をあきらめない～補聴器による脳のトレーニングできこえを取り戻す!～」

講師 済生会宇都宮病院 耳鼻咽喉科

医長 新田清一 先生

定員 100人(先着順) 参加料 無料

申込 10月31日(木)までに、電話またはFAXで。

主催 上都賀郡市医師会、鹿沼市、栃木県医師会

プレパ・プレマデビュー塾

健康課母子健康係 ☎(63)2819

待ちに待ったわが子との顔合わせまでもう少し！
赤ちゃんがすくすくグ〜んと育ち、家族みんなが
ハッピーになる子育てのコツを一緒に学びましょう。

とき 11月17日(日)午前10時～11時30分

ところ 市民情報センター1階
マルチメディアヘルスケアルーム

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 11月15日(金)までに、母子健康係へ電話で。

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。定期的に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、
母子健康手帳の交付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。

離乳食教室・2歳児教室

健康課母子健康係 ☎(63)2819

○離乳食教室

とき 10月23日(水)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6年2・3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
プーンと食事前エプロン、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

とき 10月15日(火)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。



断酒会酒害相談・例会のお知らせ

健康課市民健康係 ☎(63)8312

「自らの体験を話し、聞き、断酒に繋げる場所」
です。お気軽にご相談ください。

①酒害相談所

とき 毎月第1水曜日 午後2時～4時

ところ 市総合福祉センター

②例会

とき 毎週木曜日 午後7時～9時

ところ 市民情報センター

対象 お酒で悩んでいる人またはその家族

※詳しくは、栃木県断酒ホトトギス会西部断酒会へ。

会長：小田部 ☎090(7013)9003

糖尿病予防教室(4回1コース)

健康課市民健康係 ☎(63)8312

とき	内容
11月18日(月) 午後1時15分～3時30分	医師の講話 「糖尿病って何?」
12月17日(火) 午前10時～11時30分	保健師・栄養士の講話 「生活習慣を振り返って糖尿病予防」
1月22日(水) 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」
2月18日(火) 午前10時～正午	運動実践! 「楽しく運動して糖尿病予防」

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。

10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)

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。

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 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)	6日(日)	上都賀総合病院 ☎(64)2161
13日(日) <td>御殿山病院 ☎(64)2131</td>	御殿山病院 ☎(64)2131	
14日(月・祝) <td>休日夜間急患診療所 ☎(65)2101</td>	休日夜間急患診療所 ☎(65)2101	
20日(日) <td>荒木医院 ☎(64)2775</td>	荒木医院 ☎(64)2775	
27日(日) <td>西方病院 ☎0282(92)2323</td>	西方病院 ☎0282(92)2323	

○上記以外は、消防本部☎(63)1141へ。

LINE

協働・共創

多文化共生

広島派遣

コロナフクチン
リーバス・美術館

行政相談
フラッシュユ

市民のひろば

みんなの健康

お知らせ

園芸フェア

インフルエンザ予防接種助成について(子ども・高齢者)

健康課健康増進係 ☎(63)8311

	子どものインフルエンザ(任意接種)	高齢者インフルエンザ(定期接種)
接種期間	令和6年10月1日～令和7年2月28日まで	
対象者	<ul style="list-style-type: none"> 生後6カ月～小学校就学前の幼児 中学3年・高校3年生相当の年齢の人 	<ul style="list-style-type: none"> ①接種日に満65歳以上の人 ②接種日に満60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害がある、身体障害者手帳1級程度の人(②に該当する人には、10月上旬に受診券を送付します)
助成額	2,200円	3,200円
医療機関	下記一覧の鹿沼市委託医療機関	下記一覧の医療機関を含む県内医療機関
助成回数	6カ月～未就学児 1人当たり1年度内2回まで 中3・高3 1人当たり1年度内1回	1人当たり1年度内1回

※予約制の場合もありますので、あらかじめ医療機関にお問い合わせください。

※市外の病院、老人保健施設等へ入院・入所している人は、健康増進係へお問い合わせください。

インフルエンザ予防接種実施医療機関一覧(高齢者・子ども)

医療機関	高齢者	生後6カ月～未就学児	中学3年	高校3年	医療機関	高齢者	生後6カ月～未就学児	中学3年	高校3年
青木医院	○	×	○	○	かわなクリニック	○	×	○	○
あさば内科循環器科クリニック	○	○	○	○	宮司外科胃腸科	○	○	○	○
荒井内科	○	×	×	×	倉持整形外科 鹿沼	○	○	○	○
荒木医院	○	○	○	○	小池医院	○	○	○	○
いけもりクリニック	○	○	○	○	御殿山病院	○	×	○	○
石川医院	○	○	○	○	小林産婦人科医院	○	×	×	×
いちだクリニック	○	×	○	○	さつきクリニック	○	○	○	○
いとうこどもクリニック	○	○	○	○	しいな整形外科クリニック	○	×	○	○
伊藤内科	○	×	○	○	鈴木内科	○	○	○	○
井上内科皮膚科クリニック	○	×	○	○	高橋外科胃腸内科	○	×	×	○
宇賀神内科外科	○	×	○	○	たかはし内科	○	×	×	○
大井田医院	○	×	○	○	竹村内科腎クリニック	○	○	○	○
大野医院※女性のみ	○	×	×	×	にがみどう内科クリニック	○	○	○	○
大谷医院	○	×	○	○	にれぎクリニック	○	○	○	○
大谷クリニック	×	○	○	○	布川小児科	○	○	○	○
小川こどもクリニック	×	○	○	○	ぶんかばしファミリークリニック	○	○	○	○
奥山医院	○	×	×	×	細川耳鼻咽喉科・内科	○	○	○	○
小野内科循環器科医院	○	○	○	○	細川内科・外科・眼科	○	○	○	○
鹿沼脳神経外科	○	×	×	×	山崎内科医院	○	×	○	○
かぬま泌尿器科クリニック	○	×	○	○	山口内科医院	○	×	○	○
金子医院	○	○	○	○	高橋医院(栃木市)	○	○	○	○
上都賀総合病院	○	○	○	×	西方病院(栃木市)	○	○	○	○

10月20日は世界骨粗鬆症デーです!

健康課市民健康係 ☎(63)8312

自分の骨の状態を検診で確認しませんか?がん検診と同時に受診できます。

とき・ところ 16ページの検診の記事をご確認ください。

対象 今年度30.40.45.50.52.55.60.65.70歳の女性または前年度対象で未受診だった女性

自己負担金 500円 申込 電話で。

献血にご協力ください!

健康課健康増進係 ☎(63)8311

とき 10月18日(金)
午前10時～午前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)

※事前申込不要