

# 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

健康課健康増進係 ☎(63)8311

### 受診方法・申込

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8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R6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	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		
9月17日(水)	市民情報センター (女性のみ)	午前8時 ～11時		○	○	○	レントゲン	○	締切	○	○	○	栃
21日(日)	南摩コミュニティセンター		○	○	○	○	レントゲン	○	○	○	○	○	宇
24日(水)	市民情報センター		○	○	○	○	レントゲン	○	○	○	○	○	栃
28日(日)	西大芦コミュニティセンター		○	○	○	○	CT	○	○	○	○	○	宇
10月5日(日)	市民情報センター		○	○	○	○	締切	○	○	○	○	○	宇
7日(火)	市民情報センター		○	○	○	○	レントゲン	○	○	○	○	○	栃
12日(日)	粕尾コミュニティセンター		○	○	○	○	CT	○					栃

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



## 歯周病検診はお済みですか？

健康課健康増進係 ☎(63)8311

口腔機能は全身の健康状態と大きく関わります。

10年に1度の機会です。ぜひ検診を受けましょう。

実施期間 令和8年2月28日まで(休診日は除く)

対象者 昭和30年4月2日～31年4月1日生まれ  
昭和40年4月2日～41年4月1日生まれ  
昭和50年4月2日～51年4月1日生まれ  
昭和60年4月2日～61年4月1日生まれ  
平成 7年4月2日～ 8年4月1日生まれ  
平成17年4月2日～18年4月1日生まれ

※対象者で「歯周病検診受診券」(はがき)がお手元  
にない人は再発行しますので、ご連絡ください。

※総入れ歯の人はご遠慮ください。

内容 問診・歯周組織検査

料金 無料(ただし治療が必要な場合は有料)



## 歯と口のいきいき健診

健康課市民健康係 ☎(63)8312

「健康でいつまでも自分の歯と口で、おいしく食事をしたい・楽しく会話したい…」誰もが願う事です。その願いを叶えるための“ヒケツ”をお伝えします。

と き 9月25日(木)・10月22日(水)・11月20日(木)

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歳の人

定員 40人

参加料 無料

申込 インターネット予約、または電話で。



## 離乳食教室

健康課母子健康係 ☎(63)2819

と き 9月29日(月)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7年1月・2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、  
お子さん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 9月25日(木) 受付:午前9時30分～  
教室: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・遊び・健康相談

対象 2歳のお子さん(2歳0カ月～2歳11カ月)

定員 15組

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。



## 胃がんリスク検診を受けましょう!

健康課健康増進係 ☎(63)8311

ピロリ菌感染の有無と胃粘膜から分泌されるペプシノゲン値を血液検査で調べ、胃がんになるリスクを判定します。

対象 今年度40・45・50・55・60・65・70・74歳  
になる人で過去に受けたことがない人

※対象者は4月に送付した「令和7年度受診券はがき」  
の受診項目に記載があります。

自己負担 胃がん検診(バリウム)とセットで2,500円

申込 集団がん検診の日程から受診希望日を選  
んだ上で、健康増進係へ電話で。



## 特定保健指導のご案内

健康課市民健康係 ☎(63)8312

国民健康保険で行う特定健診の結果で、血糖・脂質・血圧が基準値を超えている人を対象に、生活習慣病予防の専門家が健康生活をサポートします。生活習慣病が進むと心筋梗塞や脳卒中など大きな病気を引き起こすことがあります。健診を受けた直後が生活習慣見直しのチャンスです!ぜひ、特定保健指導を利用してください。対象の人には通知します。

## 9月24日～30日は『結核予防週間』です

健康課健康増進係 ☎(63)8311

新たな結核患者は70歳以上の高齢者に多い傾向があります。せき・たん・微熱など、風邪に似た症状が2週間以上続いたら、早めに医療機関を受診しましょう。

65歳以上の人は、1年に1回、胸部X線検査(結核健診)を受けることが法律で義務付けられています。市では、集団がん検診で胸部X線検査を受けることができます。年に1度の定期健康診断を受けましょう。



## 実践!筋力アップ教室 残りわずか★ ～3か月であなたは変わる～

健康課市民健康係 ☎(63)8312

	Step 1	Step 2	Step 3
冬コース	1月19日(月)	2月16日(月)	3月9日(月)

と き 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 3回1コース制。全て参加できる人

定員 25人程度 ※先着順(今年度参加したことのない人)

持ち物 飲み物、タオル、出席カード(事前郵送)  
ヨガマット(持っている人)

申込 市民健康係へ電話で。



## 9月の休日・夜間救急医療

9月8日～14日の「救急の日(9月9日)」を含む一週間は「救急医療週間」です。この機会に、救急医療機関や救急車等の利用について考えてみましょう。

### まずは栃木県救急電話相談窓口へ連絡を

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。感染症対策として、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・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・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	7日(日)	上都賀総合病院	☎(64)2161
	14日(日)	御殿山病院	☎(64)2131
	15日(月・祝)	鹿沼脳神経外科	☎(63)1333
	21日(日)	荒木医院	☎(64)2775
	23日(火・祝)	休日夜間急患診療所	☎(65)2101
	28日(日)	西方病院	☎0282(92)2323

○上記以外は、消防本部☎(63)1141へ。