

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 | ※3 | 500円 | | | | | |
| | | | | | 500円 | 無料 | ※1 | 500円 | | | | | | | | |
| 1月16日(金) 21日(水) | 市民情報センター | 午前8時～11時 | ○ | ○ | | ○ | CT | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 栃木 | | | |
| | | | ○ | ○ | | ○ | レントゲン | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | | | |
| 23日(金) | 市民情報センター(40歳未満のみ) | 午前9時～11時 | | | | | | | ○ | ○ | ○ | ○ | | | | |
| 28日(水) | 市民情報センター | 午前8時～11時 | ○ | ○ | | ○ | レントゲン | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 栃木 | | | |
| 2月1日(日) | | | ○ | ○ | ○ | ○ | 締切 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | | | |
| 4日(水) | | | ○ | ○ | | ○ | CT | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | | | |
| 8日(日) | | | ○ | ○ | ○ | ○ | レントゲン | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | | | |
| 15日(日) | 市民情報センター(協会けんぽ合同健診) | | ○ | ○ | ○ | ○ | レントゲン | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | | | |

検診機関 栃木：栃木県保健衛生事業団



肝炎ウイルス検診・前立腺がん検診受け忘れていませんか？

今年度の個別医療機関での受診期間は2月末までです。忘れずに受診しましょう。受診券の紛失や破損の場合は健康課までお問い合わせください。※前立腺がん検診は年に1回、肝炎ウイルス検診は生涯1回の受診となります。



2歳児教室

健康課母子健康係 ☎(63)2819

とき 1月26日(月) 受付:午前9時30分～10時
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ヶ月～2歳11ヶ月)

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で。



離乳食教室

健康課母子健康係 ☎(63)2819

とき 1月20日(火) 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 細乳食の講話・試食

対象 令和7年5月・6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事用エプロン、バスタオル



申込 電話、または二次元コードで。

「にんしんSOSとちぎ」について



健康課母子健康係 ☎(63)2819

さまざまな事情により思いがけない妊娠等で不安や悩みを抱える人やその関係者から、電話やメール、LINEで相談を受け、専門の研修を受けた相談員(助産師)が状況や気持ちに寄り添いながら対応します。

対象者 予期しない妊娠等にお悩みの人やその関係者(パートナーや家族など)

受付日時 電話相談 050(5526)4662
LINE相談 火曜日・木曜日・土曜日
午後6時～9時

メール相談

<https://ninshin-sos-tochigi.com>
(上記URLまたは二次元コードでアクセス後、相談フォームに入力)



その他 専用のホームページ
(<https://ninshin-sos-tochigi.com>) や
インスタグラム(ID:NINSHINSOSTOCHIGI)
妊娠・避妊等に係る情報を発信しています。

事業に関する問い合わせ先

栃木県保健福祉部こども政策課母子保健担当
☎028(623)3064



1月の休日・夜間救急医療

令和7年度版健康ガイドブックP11の外科系緊急当番医年間予定表の1月の曜日の表記に一部誤りがございました。

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。

| 曜 間 | 内科・小児科・歯科 | 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) | 日曜・祝日等 午後7時～10時 (受付は午後9時30分まで) |
| 午後1時～5時 (受付は午後4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 | 1日(木祝) 2日(金) 3日(土) 4日(日) 11日(日) 12日(月祝) 18日(日) 25日(日) | 御殿山病院 ☎(64)2131 西方病院 ☎028(92)2323 上都賀総合病院 ☎(64)2161 上都賀総合病院 ☎(64)2161 御殿山病院 ☎(64)2131 鹿沼脳神経外科 ☎(63)1333 荒木医院 ☎(64)2775 西方病院 ☎028(92)2323 |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

○上記以外は、消防本部☎(63)1141へ。

あなたのこころ元気ですか?

健康課市民健康係 ☎(63)8312

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。一人で抱え込みます、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

●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・火・木 午後6時～10時



麻しん風しん(MR)予防接種はお済みですか?

健康課健康増進係 ☎(63)8311

麻しん風しんの予防接種は生涯2回の接種が必要です。対象者にはすでに通知をしています。特に第2期に該当する人は、令和8年4月1日以降の接種は有料になりますので、接種をお早めにご検討ください。

| 対象者 | 接種期間 |
|----------------------------------|-------------|
| 第1期 1歳以上～2歳未満 | 2歳の誕生日の前日まで |
| 第2期 平成31年4月2日～ 令和2年4月1日生まれ | 令和8年3月31日まで |

料金 無料(接種期間内)

持ち物 母子健康手帳、予診票

※予診票は医療機関にもおいてあります。



献血にご協力ください!

健康課健康増進係 ☎(63)8311

「はたちの記念」に“献血”を始めませんか

1～2月は「はたちの献血」キャンペーン月間です。冬場から春先にかけては、年間で最も輸血用血液が不足しがちです。将来にわたり、安定的に血液を確保するためには、若い世代の献血への協力が必要です。

今まで献血をしたことがない人もぜひ、これをきっかけに献血に行ってみませんか。

とき 2月28日(土)まで

ところ 栃木県赤十字血液センター、うつのみや大通り献血ルーム、献血バスなど

※献血バスの運行予定は、栃木県赤十字血液センターのホームページをご覧ください。



市役所に献血バスが来ます

とき 2月6日(金) 午前10時～11時45分

午後 1時～4時

ところ 市役所駐車場(献血バス)※事前申込不要