

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。インターネットまたは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マイナ保険証等が必要です。

※「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9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
 大腸がん検診 …… 無 料
 肺がん検診(レントゲン:X線レントゲン撮影) …… 200円
 // (CT:ヘリカルCT) …… 5,000円
 胃がん(バリウム)・前立腺がん・子宮頸がん検診…各500円
 (胃がん検診は、当日の体調によっては受診不可)

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)
 肝炎ウイルス検診…無 料
 骨粗しょう症検診※1
 ※1(30・40・45・50・52・55・60・65・70歳の女性)…500円

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17日(日)	市民情報センター	午前8時 ～11時 (時間指定あり)	○	○		○	CT	○	○	○	○	栃
22日(金)			○	○		○	レントゲン	○	○	○	○	
6月1日(月)			○	○		○	CT	○	○	○	○	宇
6日(土)	菊沢コミュニティセンター		○	○		○	レントゲン	○	○	○	○	
8日(月)	市民情報センター(女性のみ)		○	○		○	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

胃カメラ検査がはじまります!

健康課健康増進係 ☎(63)8311

胃カメラでの検査を希望する人は、お申し込みください。

対象者 50歳以上偶数年齢の鹿沼市民
 (年齢基準日:令和9年3月31日時点)

実施期間 6月～令和9年1月31日 **自己負担額** 3,200円
 ※事前の検査、当日の生検など保険治療の自己負担が別途必要となることがあります。

予約方法 ①健康増進係へ電話または窓口で申込
 ②申込後、胃カメラ券を発送
 ③胃カメラ券が届いたら、胃カメラ券に記載の対象医療機関へ予約

※6月の予約は、5月11日(月)～15日(金)の間に申し込みください。

【注意事項】右記のがん検診・各種検診受診券は胃カメラ券ではありません→
 月ごとに定員(70人)を設けています。



いちご チャレンジ15健康マイレージが新しくなりました!!

健康課健康増進係 ☎(63)8311

対象 3歳以上の鹿沼市民(令和5年4月1日以前生まれの市民)
実施期間 令和9年2月28日(日)まで
参加方法 ①健診や検診を受診する(学校や職場の健康診断も含む)
 ②目標を決めて健康づくり15日間取り組む
 ③アンケートに答えて応募抽選で350人に景品が当たります

(クオカード/リーバス・予約バス回数券/東日本盲導犬協会へ寄付の3つのうちから1つ選択)

健康に関するイベントや、教室等に参加した人は鹿沼の特産品が当たる抽選にも応募できます。

(いちごのマイレージマークのついた健康課の教室や献血、さつきマラソンも対象)

※応募用紙は健康ガイドブックに掲載の他、健康課窓口や各コミュニティセンター、集団がん検診の会場で配布。応募は、郵送またはWEBで。

市ホームページはこちら▼





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 5月31日(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・交流
対 象 妊婦さんとその家族 **定 員** 20組(先着順)
参加料 無料
持ち物 母子健康手帳
申 込 電話または二次元コードで。



2歳児教室

健康課母子健康係 ☎(63)2819

と き 5月20日(水)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で。



5歳児健診(いち5歳児健診)のお知らせ

健康課母子健康係 ☎(63)2819

対 象 鹿沼市に在住していて、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。

糖尿病予防教室

健康課市民健康係 ☎(63)8312

日 時	内 容
5月25日(月) 午後1時20分～3時30分	医師の講話 「糖尿病って何?」
6月24日(水) 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」
7月29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」
8月25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 **参加料** 無料
申 込 市民健康係へ電話で。

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。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。



離乳食教室

健康課母子健康係 ☎(63)2819

と き 5月29日(金)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9月・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
 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。



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」

健康課市民健康係 ☎(63)8312

たばこには多くの有害物質が含まれ、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、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ます。さらに、周囲でその煙を
 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。

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①②をいずれも満たす人と、その人
 を雇用する事業所
 ①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
 ②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(市役所行政棟2階⑥番窓口)へ。
 ※申請書は市ホームページにあります。



歯と口のいきいき健診

健康課市民健康係 ☎(63)8312

と き 6月18日(休)・7月18日(出)
8月20日(休)・9月17日(休)

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、または電話で。

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(金)～令和9年2月28日(日)

内容 問診、歯周組織検査

対象者 今年度20歳・30歳・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マイナ保険証等)

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。



5月の休日・夜間救急医療

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	3日(日)祝	上都賀総合病院 ☎(64)2161
	4日(月)祝	休日夜間急患診療所 ☎(65)2101
	5日(火)祝	鹿沼脳神経外科 ☎(63)1333
	6日(水)祝	休日夜間急患診療所 ☎(65)2101
	10日(日)	御殿山病院 ☎(64)2131
	17日(日)	荒木医院 ☎(64)2775
	24日(日)	西方病院 ☎0282(92)2323
	31日(日)	休日夜間急患診療所 ☎(65)2101



運動教室

健康課市民健康係 ☎(63)8312

●実践!筋力アップ教室～3か月であなたは変わる～

	Step 1	Step 2	Step 3
夏コース	7月13日(月)	8月17日(月)	9月14日(月)
秋コース	10月19日(月)	11月9日(月)	12月14日(月)
冬コース	1月18日(月)	2月15日(月)	3月15日(月)

と き 午前10時～11時(受付:午前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 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 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。

●骨こつパワーアップ運動教室

	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17日(金)	8月21日(金)
Bコース	10月23日(金)	11月20日(金)
Cコース	1月29日(金)	2月19日(金)

と き ①午前10時～11時30分(受付:午前9時45分～)
②午前10時～11時(受付:午前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

かつ

・2回1コース制。全て参加できる人

※骨粗しょう症で内服中の人は、参加の可否を事前に医師にご相談ください。

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1日(月)から市民健康係へ電話で。

HPV(子宮頸がん)ワクチン
定期接種のご案内

健康課健康増進係 ☎(63)8311

対象者 小学6年生から高校1年生相当の女子

費用 無料(期間を過ぎると全額自己負担。
費用は3回接種で約8～10万円)。

接種回数 2回または3回(接種を開始する年齢によって接種間隔や回数が異なる)。

持ち物 母子健康手帳、予診票(予診票は中学1年生の4・5月頃に送付)

副反応について

接種部位の痛み・腫れ・赤みなどの症状のほか、稀に重いアレルギー症状や神経系の症状など重篤な副反応が起ることがあります。詳細は市や厚生労働省HPで。

接種を受けるには

直接医療機関に申し込みください。

厚生労働省
ホームページ▶



鹿沼市
ホームページ▶

