

# 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。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9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(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

※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歳の女性及び令和7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	
7月19日(日)	南押原コミュニティセンター	午前8時 ~11時	○	○	○	○	レントゲン	○	○	○	○	栃
23日(木)	市民情報センター		○	○	○	○	レントゲン	○	○	○	○	宇
26日(日)	永野コミュニティセンター		○	○	○	○	CT	○				栃
31日(金)	市民情報センター(女性のみ)			○	○	○	レントゲン	○	締切	○	○	
8月2日(日)	北犬飼コミュニティセンター		○	○	○	○	CT	○	○	○	○	
9日(日)	栗野コミュニティセンター		○	○	○	○	レントゲン	○	○	○	○	宇
19日(水)	市民情報センター		○	○		○	CT	○	○	○	○	

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

## 受けてみませんか?胃カメラ検診

健康課健康増進係 ☎(63)8311

令和8年6月から胃がん検診として胃カメラの検査を実施しています。

**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)

**自己負担額** 3,200円

※保険治療の自己負担や事前の検査費用などが別途必要となることがあります。

**予約方法** ①健康課へ電話または窓口で申込  
②申し込み後、胃カメラ券を発送  
③胃カメラ券が届いたら、券に記載の医療機関へ予約

(定員各月70人)

検診を受診する月	申込期間
8月検診分	7月10日~7月16日
9月検診分	8月10日~8月17日
10月検診分	9月10日~9月16日

## 食中毒に気をつけましょう

健康課健康増進係 ☎(63)8311

食中毒は、その原因となる細菌やウイルスが食べ物に付着し、体内へ侵入することで発生します。重症化することもあるので注意が必要です。

### ○食中毒予防の原則

つけない…調理時や食べる前には手を洗う  
やっつける…食べ物はよく加熱し、調理器具もしっかり洗う

#### <sup>7/25</sup> +細菌の対策

増やさない…食べ物は低温で保存し、なるべく早めに食べる

#### <sup>7/25</sup> +ウイルスの対策

持ち込まない…おう吐や下痢の症状がある場合は調理を行わない  
ひろげない…こまめな手洗いや定期的な消毒、清掃を心がける

フルシエアスポット

大戸川観光公害対策  
介護予防防運動

財政状況  
国保のお知らせ

後期高齢者医療  
景観・建築物・図書館

市民のひろば

春の叙叙  
フラッシュ

みんなの健康

お知らせ

市功労者  
さくらまつり



## 離乳食教室

健康課母子健康係 ☎(63)2819

離乳食の進め方、食べさせ方がわからない!固さや量が知りたい!というお悩みについて解決してみませんか?

とき 7月27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11月・12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前エプロン  
バスタオル

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

自我が出てきて対応が大変になる2歳の時期に、お子さんの発達や関わり方について学んでみませんか。

とき 7月16日(休)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。



## 熱中症に注意しましょう

健康課健康増進係 ☎(63)8311

熱中症は、室内や夜間、安静時でも多く発生しています。特に高齢者は、加齢とともに体の水分量が減少しているため、注意が必要です。しっかりと体調管理を行いましょう。

【熱中症の症状】手足がつる、全身だるい、めまい、吐き気、頭痛、頻脈、ふらつきなど

【予防対策】●こまめに水分・塩分補給  
(スポーツドリンク等を常備)

- エアコン・扇風機で温度を調節
- 室温をこまめに確認
- シャワーやタオルで体を冷やす
- 暑いときは無理をしない

※熱中症の症状が改善しないときは、早めに医療機関を受診してください。

P2～3では「クールシェアスポットでひと休み」を特集しています。ぜひご一読ください。

## 7月28日は世界(日本)肝炎デーです

健康課健康増進係 ☎(63)8311

健康課市民健康係 ☎(63)8312

世界保健機関(WHO)は、2010年にウイルス性肝炎のまん延防止と患者・感染者に対する差別・偏見の解消や感染予防の推進を図ることを目的として7月28日を「世界肝炎デー」と決めました。日本でも「日本肝炎デー」と定め、肝炎の正しい知識・情報の理解促進を図っています。

市では、肝炎ウイルス検診を過去に受けたことがない40歳以上の人を対象に検診を無料で実施しています。肝炎ウイルス検診で陽性の場合、すぐに専門医を受診しましょう。早期に適切な治療を行うことで、肝硬変や肝がんへの悪化を予防することが可能です。

## 7月は「愛の血液助け合い運動」月間です

健康課健康増進係 ☎(63)8311

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。

例年夏季は、長期休暇などにより献血への協力が得にくくなるため、7月1日～31日までの1カ月間にわたり、「愛の血液助け合い運動」を全国で展開します。

この機会に献血のご協力をお願いします。



## 7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。  
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。

	内科・小児科・歯科	内科・小児科
昼間	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)
夜間		

### 在宅当番医

外科(昼間) 午前9時～ 午後5時	5日(日)	上都賀総合病院 ☎(64)2161
	12日(日)	御殿山病院 ☎(64)2131
	19日(日)	荒木医院 ☎(64)2775
	20日(月・祝)	休日夜間急患診療所 ☎(65)2101
	26日(日)	西方病院 ☎0282(92)2323

○上記以外、消防本部☎(63)1141へ。