

みんなの健康

10月はがん検診受診率向上に向けた

集中キャンペーン

2026年度がん征圧スローガン

「がん検診 定期受診は 自己投資」

「がん」は日本人の死因第1位です。およそ2人に1人がなるといわれていますが、早期に発見し治療を受けられ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。



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歳の女性および令和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	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17日(土)	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(火)	市民情報センター		○	○	○	○	レントゲン	○	○	○	○	栃	
25日(日)	東部台コミュニティセンター		○	○	○	○	CT	○	○	○	○		
27日(火)	市民情報センター(女性のみ)			○	○	○	レントゲン	○	○	○	○		宇
28日(水)	栗野コミュニティセンター		○	○		○	CT	○	○	○	○		
11月1日(日)	市民情報センター		○	○	○	○	レントゲン	○	○	○	○	栃	
6日(金)	市民情報センター		○	○		○	レントゲン	○	○	○	○		
7日(土)	市民情報センター(40歳未満のみ)								○	○			

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



胃がんリスク検診を受けましょう

健康課健康増進係 ☎(63)8311

対象者 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8年度受診券はがき」の受診項目に記載があります。

自己負担額 2,000円

申込 集団がん検診の日程から受診希望日を選び、健康増進係へ電話で。



2歳児教室

健康課母子健康係 ☎(63)2819

と き 10月13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で。



離乳食教室

健康課母子健康係 ☎(63)2819

と き 10月21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・試食

対象 令和8年2月・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、バスタオル
お子さんのスプーンと食事用エプロン

申込 電話または二次元コードで。



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16日(月) 午後1時20分～3時30分	医師の講話 「糖尿病って何?」
12月23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」
1月19日(火) 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24日(水) 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	4日(日) 上都賀総合病院 ☎(64)2161 11日(日) 御殿山病院 ☎(64)2131 12日(月・祝) 休日夜間急患診療所 ☎(65)2101 18日(日) 荒木医院 ☎(64)2775 25日(日) 西方病院 ☎0282(92)2323
---------------------	---

○上記以外は、消防本部☎(63)1141へ。

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む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。



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
11月 7日(土)	12月12日(土)	○
12月 3日(木)	1月14日(木)	×
1月22日(金)	2月26日(金)	○

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

健康診査項目

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、または電話で。※託児(要電話予約)先着10人



こつ骨こつパワーアップ運動教室

健康課市民健康係 ☎(63)8312

	①保健師・栄養士の講話+運動実践	②運動実践
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へ相談してください。

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 市民健康係へ電話で。



インフルエンザ・コロナ予防接種の一部助成について(高齢者・子ども)

接種期間は、10月1日～令和9年2月28日まで(コロナは令和9年3月31日まで)

健康課健康増進係 ☎(63)8311

	高齢者インフルエンザ	高齢者新型コロナウイルス	(任意接種)子どものインフルエンザ予防接種	
助成者	①接種日に65歳以上の人 ②60～65歳未満で身体障害者手帳1級(内部障害)程度の人 ※対象者②の人には10月上旬に受診券を送付します		・生後6か月以上の未就学児 ・中学3年生/高校3年生相当年齢の人	
助成額	3,200円	12,100円	【注射ワクチン】 1回につき2,200円	【経鼻ワクチン】 4,400円
接種回数	1回		【未就学児】2回まで 【中3・高3】1回	1回
自己負担金額	医療機関ごとの接種金額から助成額を差し引いた金額 ※生活保護の人は、無料で接種を受けることができます。		医療機関ごとの接種金額から 助成額を差し引いた金額	
注意	・対象者①の人への受診券の送付はありません。 ・今年度は、高用量インフルエンザワクチンの使用はありません。 ・市外や県外の病院、施設等で接種を希望する人は、事前に健康増進係へお問い合わせください。		・対象者への受診券の送付はありません。 ・市の助成を受けて接種ができるのは下記の委託医療機関のみです。	

予防接種実施医療機関一覧 ○…実施(実施期間は医療機関によって異なります。直接医療機関にご予約ください。)

医療機関	子どものインフル		高齢者インフル	高齢者新型コロナウイルス
	生後6か月以上の未就学児	中学3年生 高校3年生		
青木医院		○	○	○
あきば内科循環器科クリニック	○	○	○	○
荒木医院	○	○	○	○
いけもりクリニック	○	○	○	○
石川医院	○	○	○	○
いちだクリニック		○	○	
いとうこどもクリニック	○	○	○	
伊藤内科		○	○	
井上内科皮膚科クリニック		○	○	○
宇賀神内科・外科		○	○	○
うわのまちクリニック		○※女性のみ	○※女性のみ	
大井田医院		○	○	○
大野医院			○※女性のみ	○※女性のみ
小川こどもクリニック	○	○※中3のみ		
奥山医院		○	○	
小野内科循環器科医院		○	○	○
鹿沼脳神経外科			○	
かぬま泌尿器科クリニック		○	○	
かぬま皮膚科・美容皮膚科クリニック	○	○	○	○
金子医院	○	○	○	○

医療機関	子どものインフル		高齢者インフル	高齢者新型コロナウイルス
	生後6か月以上の未就学児	中学3年生 高校3年生		
上都賀総合病院	○	○	○	○
かなわクリニック		○	○	○
宮司外科胃腸科	○	○	○	○
御殿山病院			○	○
小林産婦人科医院			○	
さつきクリニック	○	○	○	○
しいな整形外科クリニック		○	○	
鈴木内科	○	○	○	○
高橋外科胃腸内科			○	○
たかはし内科		○※高3のみ	○	○
竹村内科腎科クリニック	○	○	○	○
にがみどう内科クリニック	○	○	○	○
にれぎクリニック	○	○	○	○
ぶんかばしファミリークリニック	○	○	○	○
細川耳鼻咽喉科・内科	○	○	○	○
細川内科・外科・眼科	○	○	○	○
山口内科医院		○※高3のみ	○	○
山崎内科医院		○	○	○
西方病院(栃木市)	○	○	○	○

献血にご協力ください!

健康課健康増進係 ☎(63)8311

と き 10月16日(金)午前10時～午前11時45分

午後1時～午後4時

ところ 市役所敷地内駐車場

(献血バス)

※事前申込不要



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

骨の状態を骨粗しょう症検診でチェックしませんか?

とき・ところ がん検診と同時に受診できます。

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 市民健康係へ電話で。