

# 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・風しん抗体検査

健康課健康増進係 ☎(63)8311

## 受診方法・申込

検診・健診は、予約制です。定員になり次第締め切ります。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・整理番号の通知を送付します。今年感染症対策のため、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保険証が必要です。

「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。

## 自己負担金

特定健診 ……加入中の健康保険組合が指定した額  
胃・大腸がん検診 ……無料  
(胃がん検診は、当日の体調によっては受診不可)  
肺がん検診(レントゲン:X線レントゲン撮影) ……無料  
// (CT:ヘリカルCT) ……5,000円  
前立腺がん・子宮頸がん検診 ……各500円

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(40・45・50・52・55・60・65・70歳の女性) ……500円  
風しん抗体検査※2(41~58歳の男性) ……無料・クーポン券必要

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	※2	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	骨粗しょう症	風しん抗体			
7月2日(休)	北神原コミュニティセンター	午前8時~11時	○	○				レントゲン	○	○	○			栃木県保健衛生事業団	
5日(日)	石川小学校		○	○	○	○	CT	○	○	○		○			
6日(月)	市民情報センター(女性のみ)			締切	締切	締切	締切	締切	締切	締切	締切				

※新型コロナウイルス感染症に係る「緊急事態宣言」の期間中は、電話およびインターネットでの予約受付を停止します。

## 健診・教室等の中止について

新型コロナウイルス感染症の影響により、以下の健診・教室等は中止になりました。

行事名	とき	問い合わせ先
集団がん検診・ 集団特定健診等	6月末まで	健康増進係 ☎(63)8311
プレパパプレママ デビュー塾	6月14日(日)	母子健康係 ☎(63)2819
いちごっこRoom	6月17日(火)	
にこにこ教室	6月19日(木)	
楽しく学ぶ「親子歯と 口の健康教室」	6月20日(金)	
2歳児教室	6月23日(火)	
離乳食教室	6月24日(水)	市民健康係 ☎(63)8312
歯と口の いきいき健診	6月18日(休)	
糖尿病予防教室 前期コース	5月、6月、 7月、8月	
慢性腎臓病予防教室 前期コース	6月、7月、 8月	
かんたんらくらく 運動教室	6月23日(火)	
ひなたぼっこ	6月28日(日)	



## 6月の休日・夜間救急医療

### まずは救急電話相談窓口へ連絡を

子ども ☎#8000 (月~土は午後6時~翌朝8時、日・祝は24時間受付)  
大人 ☎#7111 (月~金は午後6時~10時、土・日・祝は午後4時~10時)

持ち物 ①健康保険証 ②おくすり手帳  
③子どもの場合は、こども医療費受給資格者証等

### 休日・夜間急患診療所 貝島町 5027-5 ☎(65)2101

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。ご協力ください。

昼間	内科・小児科・歯科	夜間	内科・小児科
	日曜日・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)		日曜日・祝日等および 平日(月・水・金曜日) 午後7時~10時 (受付は午後9時30分まで)

### 在宅当番医

外科	7日(日)	上都賀総合病院 ☎(64)2161
(昼間)	14日(日)	御殿山病院 ☎(64)2131
午前9時~ 午後5時	21日(日)	荒木医院 ☎(64)2775
	28日(日)	西方病院 ☎0282(92)2323

※上記以外は、消防本部 ☎(63)1141へ。

## 不妊治療費の一部を助成します

健康課母子健康係 ☎(63)2819

**助成額** 不妊治療に関わる保険適用外医療費の2分の1(ただし、県の補助やその他の給付金等を差し引いた額で、15万円が上限です)

**助成条件** 次の①②③を全て満たす人(男性も含む)

- ① 市内に1年以上居住していること
- ② 医療保険各法の被保険者または被扶養者であること
- ③ 市税に滞納がないこと

**申請期限** 一連の治療の最終治療日の属する年度の翌年度末まで

**申請回数** 1夫婦、通算して5回まで

**申請** 申請書を母子健康係(市役所本館1階⑬番窓口)へ。詳しくはお問い合わせください。

※ 初回の申請の人は、申請前に説明事項があります。必ず母子健康係へお越しください。

## 6月4日(木)~10日(水)は「歯と口の健康週間」です

健康課市民健康係 ☎(63)8312

歯や口の病気「むし歯」「歯周病」。これらが進行すると最終的には歯がなくなってしまう。歯がなくなると、栄養の偏りによる生活習慣病をまねいたり、栄養不足で筋力が落ち身体能力が低下したりする原因になります。

歯は体の健康ととても深い関係があります。この機会にかかりつけ歯科医を持ちましょう。

## 6月1日(月)~7日(日)は「HIV検査普及週間」です

県西健康福祉センター ☎(62)6225

HIV検査普及週間に合わせて、性感染症の検査を実施します。ご活用ください。

**とき** 6月4日(木)午前9時~10時、午後5時~7時

※ HIV検査は、感染の機会から3カ月経過してから受けましょう。

**ところ** 県西健康福祉センター2階

**検査項目** HIV、梅毒等性感染症

**検査料金** 無料

※ 午後5時~7時の受診のみ要予約。

※ 匿名での検査です。



チャレンジ15健康マイレージを実施しています。対象事業には左のいちごマークが付いています。詳しくは健康ガイドブックをご覧ください。

### おことわり

掲載されている検診・健診・教室等については、新型コロナウイルス感染拡大状況によっては、規模縮小または中止となる場合があります。

## 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、妊婦の健康状態や、胎児の発育を確認するためのもの、「産婦健康診査」は、産婦の体調の回復や、育児を楽しく行うための心の健康状態を確認するためのものです。

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。健診費用の一部助成も行っていきますので、定期的いきちんと健診を受けましょう。

なお、母子健康手帳の交付と併せて、妊産婦健康診査受診票(ハローベビー手帳)を交付しています。妊娠が分かったら、早めに妊娠届を出しましょう。

## あなたの犬や猫がご近所から好かれるために

健康課健康増進係 ☎(63)8311

### ○無責任な餌やりはやめましょう

野良犬や野良猫に餌だけ与えるのは無責任な行動です。他の人に迷惑を掛けないよう、責任を持って飼育しましょう。

### ○動物の習性等を正しく理解して飼いましょう

飼育場所を清潔に保ち、正しいしつけと健康管理をして、近所の迷惑にならないようにしましょう。

### ○繁殖制限に努めましょう

ペットを捨てるのは犯罪です。必要のない繁殖はさせないように、不妊・去勢手術をしましょう。

### ○動物による感染症の知識を持ちましょう

動物の病気には、人へ感染するものがあります。特に、犬の狂犬病予防注射は飼い主の義務です。

### ○犬を放し飼いにしてはいけません

散歩のときも、必ずリード(引き綱)をつけましょう。野良犬等の動物や車などから大切なペットを守る手段にもなります。

### ○排泄物の処理は飼い主の責任です

散歩中のふんは必ず持ち帰り、適切な処理方法で処分しましょう。猫は専用のトイレを用意し、決まった場所で排泄させましょう。

### ○動物の所有者を明らかにしましょう

必ず首輪をして、犬は鑑札や狂犬病予防注射済票、猫も名札等を付け、所有者が分かるようにしましょう。マイクロチップも非常に有効です。

# 新型コロナウイルス感染症から身を守りましょう

健康課健康増進係 ☎(63)8311

## 差別や偏見を許さずに、大切な人を守りましょう

差別や偏見から大切な人を守りましょう。医師や看護師、薬剤師等の医療従事者たちは、私たちの健康や生命を守るため、日常診療を行いながら、新型コロナウイルス感染症の拡大防止に向けて懸命に取り組んでいます。悲しいことに、そうした医療従事者や、その家族が、特定のサービスなどの利用を拒否されたり、心無い言葉をかけられたりするという事例が出ています。

差別や偏見をしない強い意志を持ちましょう。いまだ不明な部分も多い新型コロナウイルスに対し、強い不安や恐怖を感じる人も少なくないでしょう。しかし、極端な不安や恐怖から、感染した人や周囲の人、治療に携わっている人等に、偏見や差別を向けることはあってはなりません。

人権に配慮した冷静な行動をお願いします。互いを不用意に傷つけ合うことなく、市民一丸となって、この難局を乗り越えましょう。

## 県のコールセンターが設置されました

県の新型コロナウイルス感染症コールセンターが設置されました。

一般的な質問や、心配な症状についてなど、新型コロナウイルス感染症に関する相談や問い合わせに対応しています。

☎ 0570(052)092(土・日・祝日を含む 24 時間対応)

## 手洗いのススメ

感染症の予防の最も重要で基本的な対策は、石けんと流水による手洗いです。十分な手洗いにより、ウイルスは100万分の1まで減るとされています。

帰宅後や、不特定多数の人が接触するものに触った後、食事の前後など、正しいタイミングで必ず手を洗いましょう。石けんと流水で時間をかけて丁寧に洗い、すすぎを十分に行い、よく乾かしましょう。



手洗いを丁寧に行うことで、十分にウイルスを除去できます。さらにアルコール消毒液を使用する必要はありません。

手洗い		残存ウイルス
手洗いなし		約100万個
石けんやハンドソープで10秒もみ洗い後流水で15秒すすぐ	1回	約0.001% (数十個)
	2回 繰り返す	約0.0001% (数個)

(森功次他：感染症学雑誌、80:496-500,2006 から作成)



## 献血にご協力ください

健康課健康増進係 ☎(63)8311

現在、新型コロナウイルス感染拡大や外出自粛等により、献血者が減少しています。

皆様のご協力をお願いします。

とき 6月26日(金)午前10時～正午、午後1時～4時

ところ 市民情報センター(献血バス)

申込 6月19日(金)までに、健康増進係へ電話で。

※当日、献血会場でも受け付けます。