

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 (年齢基準日:令和3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
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(42~58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				
9月13日(日)	市民情報センター	午前8時~11時	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○			宇都宮健康クリニック
15日(火)	市民情報センター		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○			栃木県保健衛生事業団
19日(土)	菊沢コミュニティセンター		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○			宇都宮健康クリニック
20日(日)	加蘇コミュニティセンター		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○			宇都宮健康クリニック
23日(水)	市民情報センター(女性のみ)		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○			栃木県保健衛生事業団
27日(日)	市民情報センター		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○			宇都宮健康クリニック
10月1日(休)	市民情報センター		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○			
4日(日)	板荷コミュニティセンター		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○			
10日(土)	市民情報センター		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○			
11日(日)	市民情報センター	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○				



骨粗しょう症検診

健康課市民健康係 ☎(63)8312

骨粗しょう症とは、骨の量が減り骨折を起こしやすくなっている状態のことです。自分ではなかなか分からない骨の状態をチェックしてみませんか？

がん検診と同時に受診できますので、ぜひこの機会にお申し込みください。

日 9月15日(火)、9月23日(水)、10月13日(火)、11月29日(日)、12月17日(休)、令和3年1月9日(土)、1月14日(休)、1月17日(日)、1月22日(金)、1月27日(水)、1月30日(土)、2月1日(月)、2月8日(月)

時間帯 各日午前8時~11時

ところ 市民情報センター

対象 今年度40・45・50・52・55・60・65・70歳になる女性

※対象者には4月上旬頃に「各種検診統一受診券」を送付しています。

申込 市民健康係へ電話で。



9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	6日(日)	上都賀総合病院	☎(64)2161
	13日(日)	御殿山病院	☎(64)2131
	20日(日)	荒木医院	☎(64)2775
午前9時~	21日(月)	休日夜間急患診療所	☎(65)2101
午後5時	22日(火)	休日夜間急患診療所	☎(65)2101
	27日(日)	西方病院	☎0282(92)2323

※21・22日は午前10時~午後5時(正午~午後1時は休診)
○上記以外は、消防本部☎(63)1141へ。

健診・教室等の中止について

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

名称	とき	問い合わせ先
マタニティ歯科教室	9月6日(日)	母子健康係 ☎(63)2819
40歳未満の健康診査	9月14日(月)	市民健康係 ☎(63)8312
歯と口のいきいき健診	9月17日(木)	

こんにちは赤ちゃん訪問

健康課母子健康係 ☎(63)2819

鹿沼市では、生後4カ月頃までの乳児がいる全ての家庭を対象に訪問を実施しています。訪問では、乳児の体重を測ったり、授乳、スキンケア、子育ての不安や悩みなどの相談に応じたりします。なお、市外へ里帰りしている場合も訪問は受けられます。

訪問日 事前に健康課より連絡をし、日時を決定。

対象 鹿沼市に住所のある生後4カ月頃までの乳児がいる全ての家庭

申込 不要 **費用** 無料

※必ず、子どもの出生時に届け出する「赤ちゃん訪問届」に、連絡可能な電話番号をご記入ください。

母子保健推進員の募集

健康課母子健康係 ☎(63)2819

市が実施する乳幼児健診や育児教室、相談事業などに携わる「母子保健推進員」を募集します。現在15人が活躍中です。一緒に活動してみませんか？

活動内容 乳幼児健診・育児教室の受付、身体計測 等(月2～4回程度)

募集人員 若干名 **対象** 65歳未満の女性

※詳しくは、母子健康係へご連絡ください。

鹿沼市子育て世代包括支援センター 「いちごっこ かぬま」

健康課母子健康係 ☎(63)2819

子育て世代の皆さんが、安心して子どもを産み育てることができるよう、妊娠期から子育て期までの切れ目のないサポートを行う窓口です。母子健康手帳・妊婦健診の助成券の発行を行うほか、母子保健コーディネーター(保健師・助産師等)が妊娠・出産・子育ての相談を受け付けています。

開設日時 月～金曜日(祝日・年末年始を除く)
午前8時30分～午後5時

開設場所 健康課(市役所本館1階⑭番窓口)

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の状況によっては、規模縮小または中止となる場合があります。

9月10日(木)～16日(水)は「自殺予防週間」です

健康課市民健康係 ☎(63)8312

「食事の量が減った」「眠れない」「ため息が目立つようになった」「口数が減った」等、あなたやあなたの大切な人が「いつもと違う」とき、一人で悩まずご相談ください。

いのちの電話 ☎0120(783)556

(毎月10日午前8時～翌日午前8時、無料)
(9月20日(日)・30日(水)午後4時～午前0時、無料)

栃木いのちの電話 ☎028(643)7830

(365日24時間)

県西健康福祉センター 健康支援課 ☎(62)6224

(平日午前8時30分～午後5時15分)

鹿沼市役所 健康課 ☎(63)8312

(平日午前8時30分～午後5時15分)

こころの相談@とちぎ(SNS相談)

(365日午後3～10時・午後9時まで受付) ▲こころの相談@とちぎ



妊婦への不織布マスクの配布について

健康課母子健康係 ☎(63)2819

配布枚数 各10枚

対象者	配布方法
市内に住民票がある妊婦	母子健康手帳交付時に、健康課・各コミュニティセンターで配布します。
市内在住ではない鹿沼市に里帰り中の妊婦	希望者は母子健康係にご連絡ください。本人確認を行い、里帰り先に郵送します。



離乳食教室



健康課母子健康係 ☎(63)2819

とき 9月25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2年1・2月生まれの乳児と保護者

定員 5組

持ち物 母子健康手帳、生活の記録票、エプロン、三角巾、おぶいひも、子ども用のスプーンと食事用エプロン

申込 母子健康係へ電話で。

インフルエンザ任意の予防接種助成の対象者を中学生まで拡大します

健康課健康増進係 ☎(63)8311

新型コロナウイルス感染症対策として、医療体制の維持と、インフルエンザと新型コロナウイルス感染症が同時に流行することを避けるため、令和2年度に限り、インフルエンザの予防接種の助成対象者を拡大します。

	拡大後	拡大前
対象者	生後6カ月～中学3年生	生後6カ月～未就学
助成金額	2,200円/回	2,200円/回
助成回数 (1シーズン毎)	13歳未満…2回まで助成 13歳以上…1回助成	2回まで助成 —
助成期間	10月～令和3年2月末まで	
助成対象の医療機関	市内の協力医療機関のみ(詳細は市ホームページおよび広報かぬま10月号で周知)	

マイレージ 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

ピロリ菌感染の有無と胃粘膜から分泌されるペプシノゲン値を血液検査で調べ、胃がんになるリスクを判定します。胃がん検診のバリウムによるX線検査と併せて検査します。

対象 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2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 2,000円

申込 集団がん検診の日程から受診希望日を選んで上で、健康増進係へ電話で。

9月6日(日)～12日(土)は「救急医療週間」です

健康課健康増進係 ☎(63)8311

9月9日(水)の「救急の日」を含む、9月6日(日)～12日(土)までの1週間は「救急医療週間」です。この機会に、もう一度、救急医療機関や救急車等の利用について考えてみましょう。急な病気やけがで心配なときや、救急医療を受診するか迷ったときに、電話で相談ができます。詳しくは、16ページの「休日・夜間救急医療」をご覧ください。

9月24日(木)～30日(水)は「結核予防週間」です

健康課健康増進係 ☎(63)8311

「結核」は過去の病気ではなく、現在でも国内最大の慢性感染症です。結核患者は80歳以上の高齢者に多く、かつての流行期における感染が再燃しています。結核は継続的に治療を行えば治る病気です。せき・たん・微熱などの症状が続いたら、早めに医療機関を受診しましょう。また、65歳以上を対象に、市の集団がん検診で「肺がん・結核併用検診」を行っています。年に1度の定期健康診断を受けましょう。

マイレージ 歯周病検診はお済みですか？

健康課健康増進係 ☎(63)8311

口腔機能は全身の健康状態と大きく関わるもので、口腔機能が低下すると、肺炎や糖尿病・脳卒中等にかかりやすくなります。10年に1度の機会です。歯と歯茎の状態を確認してみましょう。

実施期間 令和3年2月28日まで(休診日は除く)

対象 昭和25年4月2日～26年4月1日生
昭和35年4月2日～36年4月1日生
昭和45年4月2日～46年4月1日生
昭和55年4月2日～56年4月1日生

※対象者には「歯周病検診受診券(はがき)」を送付しました。手元にない場合は再発行しますので、健康増進係へご連絡ください。

※総入れ歯の人はご遠慮ください。

内容 問診、歯周組織検査

料金 無料(治療が必要な場合は有料です)

チャレンジ15 健康マイレージ

健康課健康増進係 ☎(63)8311

〒322-8601 今宮町1688-1

「チャレンジ15健康マイレージ」は、健康診断・がん検診の受診や、生活習慣を改善する日々の取り組みによって、ポイントを貯めることができる事業。15ポイントを達成した人には、抽選で景品を贈呈します。ぜひご参加ください。

実施期間 令和3年2月28日(日)まで

対象 平成13年4月1日以前生まれの市民

参加方法 応募用紙に記載されているチャレンジ内容を実施し、結果等を用紙に記入の上、健康課(市役所本館1階⑩番窓口)へ直接または郵送で。

応募期限 令和3年3月5日(金)(消印有効)まで

景品 抽選で500人に1,500円分の商品券を贈呈。



▲このマークが対象事業の目印です。