

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 | | | | |
| 12月17日(休) | 市民情報センター | 午前8時~11時 | ○ | ○ | | ○ | 締切 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | | 栃木県保健衛生事業団 |
| 20日(日) | 清洲コミュニティセンター | | 締切 | 締切 | 締切 | 締切 | 締切 | 締切 | 締切 | 締切 | 締切 | ○ | | | 宇都宮健康クリニック | |
| 1月9日(出) | 市民情報センター | | ○ | ○ | | ○ | レントゲン | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | | 栃木県保健衛生事業団 |
| 14日(休) | 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 | 締切 | 締切 | ○ | | |
| 17日(日) | 南押原コミュニティセンター | | ○ | ○ | ○ | ○ | レントゲン | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | | |



離乳食教室



健康課母子健康係 ☎(63)2819

「離乳食の進め方、食べさせ方が分からない」
「固さや量が知りたい」そんな悩みを解決しませんか?簡単な調理実習もあります。

とき 12月7日(月)・18日(金)

各日午後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・調理と試食

対象 令和2年4・5月生まれの乳児とその保護者

持ち物 母子健康手帳、生活の記録票、エプロン、
子どものスプーンと食事用エプロン、
バスタオル

申込 母子健康係へ電話で。



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。



12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のため、インフルエンザの検査は行っていません。ご注意ください。

| 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 (昼間) 午前9時~ 午後5時 | 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 |
| | 27日(日) | 西方病院 ☎0282(92)2323 |
| | 31日(木) | 御殿山病院 ☎(64)2131 |

○上記以外は、消防本部☎(63)1141へ。

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。

休日夜間急患診療所・休日急患歯科診療所の
年末年始の業務案内

健康課健康増進係 ☎(63)8311

年末年始は非常に混雑し、午前の診療状況によっては、午後の診療開始時間が遅くなる場合があるなど、診察の待ち時間が長くなる傾向があります。また、インフルエンザや新型コロナウイルス感染症の診断のための検査は実施していません。予防接種や感染症予防を行い、早めに「かかりつけ医」を受診し、重症の場合は、無理せず救急車を呼びましょう。

| 診療科 | 12月 | | | 1月 | | | |
|--|----------|----------|----------|----------------|---------|---------|---------|
| | 29日 火 | 30日 水 | 31日 木 | 1日(金祝) ~3日目 | 4日 月 | 5日 火 | 6日 水 |
| 内科・小児科 午前10時~正午 (午前11時30分まで) 午後1時~5時 (午後4時30分まで) | × | × | ○ | ○ | × | × | × |
| 午後7時~10時 (午後9時30分まで) | × | ○ | × | ○ | ○ | × | ○ |
| 歯科 午前10時~正午 (午前11時30分まで) 午後1時~5時 (午後4時30分まで) | × | × | ○ | ○ | × | × | × |

健康ガイドブック広告募集

健康課母子健康係 ☎(63)2819

「令和3年度健康ガイドブック(保存版)」に広告を出しませんか?

○健康ガイドブックとは

A4判・カラー印刷・24ページ程度の冊子で、健康に関するお知らせや検診などの年間スケジュールが掲載されています。

令和2年度 健康ガイドブック▶



○掲載位置と規格・料金

| 掲載位置 | 掲載数 | 掲載寸法 | 料金 |
|-------|-----|-----------|---------|
| 裏表紙 | 6 | 縦8cm×横8cm | 25,000円 |
| 記事頁下部 | 21 | 縦4cm×横9cm | 10,000円 |

作製部数 35,000部

配布方法 広報かめま4月号と同時に自治会を通して全世帯に配布し、転入者や希望者にも市民課や各コミュニティセンター等において配付します。

申込 令和3年1月12日(火)までに、申込書および広告原稿(案)を母子健康係へ提出。

※詳しくは、母子健康係へ問い合わせるか、市ホームページをご覧ください。

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 |
|-------------------|--------------|--------------------|
| 集団がん検診 (40歳未満) | 12月11日(金) | 健康増進係 ☎(63)8311 |
| 40歳未満の健康診査 | 令和2年度内 全て | 市民健康係 ☎(63)8312 |
| 歯と口のいきいき検診 | | 母子健康係 ☎(63)2819 |
| 2歳児教室 | | |
| マタニティ歯科教室 | | |

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)

※男性不妊治療も助成対象になります。

助成条件 次の①②③を全て満たすこと

- 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

申請回数 1夫婦、通算して5回まで

申請 一連の治療の最終治療日の属する年度の翌年度末までに、申請書を母子健康係(市役所本館1階⑩番窓口)へ提出。

※申請書は母子健康係にあります。詳しくはお問い合わせください。

献血にご協力ください!

健康課健康増進係 ☎(63)8311

皆様のご協力をお願いします。

とき 令和3年1月15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 不要。直接会場へ。

栃木いのちの電話相談員募集説明会

栃木いのちの電話事務局 ☎028(622)7970

ボランティアの電話相談員養成講座の説明会を実施します。

とき 12月22日(火)午後2時~3時30分

ところ 市民情報センター2階 子育て情報室A

対象 相談ボランティアに興味がある人

定員 20人 申込 不要。直接会場へ。

※詳しくは、事務局(平日午前9時~午後5時まで)へお問い合わせください。