

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

受診方法・申込

健康課健康増進係 ☎(63)8311

検診・健診は、予約制です。定員になり次第締め切ります。インターネットか電話でお申し込みください。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。今年度は感染症対策のため、受付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。

※「がん検診」は、がんの早期発見に有効ですが、偽陰性・偽陽性や放射線による被ばく、バリウムの誤嚥、腸閉塞・穿孔等のリスクもあります。ご理解の上、受診してください。

自己負担金 (年齢基準日：令和5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
 大腸がん検診 …… 無料
 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
 胃がん・前立腺がん・子宮頸がん検診 …… 各500円
 (胃がん検診は、当日の体調によっては受診不可)

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(44~60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 前立腺がん	生涯1回 肝炎ウイルス	特定健診	毎年1回 胃がん	毎年1回 肺がん	毎年1回 大腸がん	2年に1回 乳がん	2年に1回 子宮頸がん	骨粗しょう症			
10月22日(土)	市民情報センター	午前8時~11時 (時間指定あり)	○	○		○	レントゲン	○	○	○			宇都宮健康クリニック	
23日(日)	粕尾コミュニティセンター		○	○	○	○	CT	○				○	栃木県保健衛生事業団	
26日(水)	市民情報センター		○	○		○	レントゲン	○	○	○	○			
30日(日)	東部台コミュニティセンター		○	○	○	○	締切	○	○	○	○	○		
11月1日(月)	市民情報センター(女性のみ)		締切											
4日(金)	栗野コミュニティセンター		○	○		○	CT	○	○	○			宇都宮健康クリニック	
6日(日)	板荷コミュニティセンター		○	○	○	○		○				○		
11日(金)	市民情報センター		○	○		○	レントゲン	○	○	○				
13日(日)	市民情報センター		○	○	○	○		○	○	○		○		

新型コロナウイルスワクチン接種

健康課新型コロナウイルス感染予防対策室 ☎(63)8393

新型コロナウイルス感染症の重症化予防などのため、順次、4回目接種対象者(60歳以上の人など)で4回目接種を未接種の人から、オミクロン株に対応したワクチン接種を行っていきます(届いている接種券が使用できます)。

接種会場	予約方法
個別医療機関 (ファイザー)	各医療機関で受け付け
集団接種会場 ※使用ワクチンは、予約の際ご確認ください。	予約・相談コールセンター(☎028(680)6170)、またはインターネットで予約受付

最新の情報や実施医療機関などは、市ホームページや予約・相談コールセンターでご確認ください。

「新型コロナウイルスワクチンの接種について」のページ▶



10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)

休日・夜間急患診療所 貝島町5027-5 ☎(65)2101

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
 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 (昼間) 午前9時~ 午後5時	2日(日)	上都賀総合病院 ☎(64)2161
	9日(日)	御殿山病院 ☎(64)2131
	10日(月祝)	休日夜間急患診療所 ☎(65)2101
	16日(日)	荒木医院 ☎(64)2775
	23日(日)	西方病院 ☎0282(92)2323
	30日(日)	鹿沼脳神経外科 ☎(63)1333

○上記以外は、消防本部☎(63)1141へ。



2歳児教室

健康課母子健康係 ☎(63)2819

2歳のお子さんを対象に、歯の健診、歯の健康・栄養についての講話を行います。

とき 10月18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 母子健康係へ電話で。



離乳食教室

健康課母子健康係 ☎(63)2819

「離乳食の進め方や食べさせ方がわからない」「固さや量が知りたい」などの悩みについて解決してみませんか?

とき 10月27日(休)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4年2・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、お子さん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。

骨髄移植ドナー支援事業を行っています

健康課健康増進係 ☎(63)8311

骨髄・末梢血幹細胞移植の実現やドナー登録者の増加を推進するため、鹿沼市内に住む骨髄等の提供者(ドナー)とドナーを雇用する事業所への助成金の交付を行っています。

助成対象 下記の①～③の全てを満たす人とその人を雇用する事業所

①日本骨髄バンクのドナー登録により、骨髄等の提供を完了した人

②市内に住所を有する人

③市税の滞納がない人

交付額 ドナー 骨髄等の提供のための通院または入院の日数(上限7日)×2万円

事業所 上記の日数×1万円

申請方法 市ホームページ上にある所定の申請書に記入の上、日本骨髄バンク発行の証明書等を添付し、健康課へ申請してください。なお、申請期間は骨髄提供完了から60日以内となります。



プレパパ・プレママデビュー塾

健康課母子健康係 ☎(63)2819

待ちに待ったわが子との顔合わせまでもう少し!

「赤ちゃんて不思議!」「こんな時はこうしたい…」子育てのイメージトレーニングをしてみませんか。

赤ちゃんがすくすくグ〜んと育ち、家族みんながハッピーになる子育てのコツを一緒に学びましょう。

とき 10月30日(日)午前10時～11時30分

ところ 市民情報センター2階 子育て情報室

内容 助産師の講話 対象 妊婦とその家族

定員 15組(先着順) 参加料 無料

持ち物 母子健康手帳

申込 10月21日(金)までに、母子健康係へ電話で。

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カ月頃までの赤ちゃんがいる全ての家庭に訪問を実施しています。

赤ちゃんの体重を測ったり、母乳やミルクなどの授乳のこと、スキンケア、子育ての不安や悩みなどの相談に応じます。鹿沼市外へ里帰りしていても訪問は受けられます。

訪問日 事前に健康課に連絡し、日時を決定。

対象 鹿沼市に住所のある生後4カ月頃までの赤ちゃんがいる全ての家庭

申込 不要 費用 無料

※赤ちゃん訪問届に必ず連絡のとれる電話番号を記入してください。



マタニティ歯科健康診査

健康課母子健康係 ☎(63)2819

妊娠期は女性ホルモンやつわりの影響で虫歯や歯周病などになりやすい時期です。

歯周病になると、早産や低出生体重児など、赤ちゃんや出産に悪影響を与える可能性があります。大切な赤ちゃんのためにも体調が良い時に、ぜひ、歯科健康診査を受けましょう。

対象者 令和4年4月1日以降に妊娠届を出された鹿沼市に住所がある妊婦

持ち物 母子手帳・鹿沼市ハローベビー手帳

金額 鹿沼市ハローベビー券の使用により無料

※治療や歯石除去などの治療を行う場合には、自己負担になりますのでご了承ください。

指定歯科医療機関 下記よりご確認ください。要予約



鹿沼市民限定!!
無料で受けられます



10月20日(木)は世界骨粗鬆症デーです!

健康課市民健康係 ☎(63)8312

骨粗しょう症とは、骨の量が減り骨折しやすくなっている状態のことをいいます。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込みください。

日程	10月26日(水)	11月27日(日)	12月3日(土)
	12月15日(水)	令和5年1月12日(木)	1月15日(日)
	1月20日(金)	2月1日(水)	2月5日(日)

受付時間 午前8時～11時(時間指定あり)

ところ 市民情報センター

対象 今年度40・45・50・52・55・60・65・70歳の女性

※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。



献血にご協力ください!

健康課健康増進係 ☎(63)8311

とき 10月21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 10月14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。

10月は「がん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン」月間です

健康課健康増進係 ☎(63)8311

2人に1人が“がん”になり、3人に1人が“がん”で亡くなっています。“がん”は早期に発見することで、多くの場合が完治するといわれています。

自分自身やあなたを必要とする人のためにもがん検診を受診してください。



いちご チャレンジ15健康マイレージ

健康課健康増進係 ☎(63)8311

健康診断・がん検診を受診することや、生活習慣を改善する日々の取り組みがポイントとなる健康マイレージ事業にぜひご参加ください。

参加対象者 平成15年4月1日以前生まれの鹿沼市民

実施期間 4月1日～令和5年2月28日

応募期限 令和5年3月3日(金)まで(郵送の場合、当日消印有効)

参加方法 健康課や市ホームページ等にある応募用紙の内容に参加して健康課へご応募ください。



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10時～正午	託児
11月9日(水)	12月14日(水)	×
令和5年1月8日(日)	2月19日(日)	○

※託児(要電話予約)は先着10人。

ところ 市民情報センター

対象 今年度20・25・30・32・34・36・38歳になる人で、健康診査を受ける機会のない人

健診項目 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80人(先着順) 料金 1,000円

申込 Web予約または健康課へ電話で。

酒害相談所開設のお知らせ

健康課市民健康係 ☎(63)8312

お酒のことで悩んでいませんか?ご本人のほかご家族の方も、ぜひお気軽にご相談ください。

とき 毎月第1水曜日 午後2時～4時

ところ 鹿沼市総合福祉センター(万町931-1)

対象 お酒で悩んでいる人または家族

申込 栃木県断酒ホトトギス会西部断酒会
☎090(7013)9003(会長・小田部)へ
電話で。



糖尿病予防教室

健康課市民健康係 ☎(63)8312

糖尿病は静かに進行して合併症を発症する怖い病気です。この機会に一緒に学んでみませんか。

※4回1コース。

11月21日(月) 午後1時15分～3時30分	医師の講話 「糖尿病って何?」
12月23日(金) 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18日(水) 午前9時30分～正午	運動の実践! 「楽しく運動して糖尿病予防!」
2月17日(金) 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」

ところ 市民情報センター(11月～1月)
菊沢コミュニティセンター(2月)

対象 ・1コース4回通して参加できる人
・特定健診を受診し、血糖値が基準値を越えている人
・興味、関心のある人

定員 25人 申込 市民健康係へ電話で。

インフルエンザ予防接種費用の一部助成について (こども・高齢者)

健康課健康増進係 ☎(63)8311

下記の予防接種費の一部を補助します。

	こどものインフルエンザ (任意接種)	高齢者インフルエンザ (定期接種)
接種期間	10月1日～令和5年2月28日	
対象者	生後6カ月～高校3年生相当の年齢 (平成16年4月2日以降に生まれた人) ※令和4年度に限り、小・中学生、高校生相当の年齢の人も対象としています。	①接種日に満65歳以上の人 ②接種日に満60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害がある、身体障害者手帳1級の人 (10月上旬に受診券を送付します)
助成額	2,200円	3,200円
	※接種料金から上記の各助成額を差し引いた額が請求されます。 ※高齢者対象者のうち、生活保護を受けている人は全額助成します。生活保護法による休日夜間等緊急用の医療費扶助受給資格者証を医療機関に提示してください。	
医療機関	下記の市内医療機関。 重症等の疾病があり、市外の大学病院等で接種を希望する人は、健康課へご相談ください。	市内の病院で接種する場合は、下記の医療機関。市外の病院等で接種する場合、栃木県内定期予防接種相互乗り入れ事業の協力医療機関では、同じ内容の助成を受けることができます。それ以外の医療機関や県外で接種する場合は、事前に健康課へ問い合わせください。
助成回数	13歳未満…2回まで助成/シーズン 13歳以上…1回助成/シーズン	1人当たり1年度内1回

※申し込みは直接下記医療機関にご予約ください。

○インフルエンザ予防接種実施医療機関一覧 (高齢者・こども)

医療機関名	高齢者	こども				医療機関名	高齢者	こども			
		生後6カ月～未就学児	小学生	中学生	高校生			生後6カ月～未就学児	小学生	中学生	高校生
青木医院	○	×	○	○	○	宮司外科胃腸科	○	○	○	○	○
あきば内科循環器科クリニック	○	○	○	○	○	倉持整形外科鹿沼	○	○	○	○	○
荒井内科	○	×	×	×	×	けやき坂クリニック	○	×	×	×	×
荒木医院	○	○	○	○	○	小池医院	○	×	○	○	○
いけもりクリニック	○	○	○	○	○	御殿山病院	○	○	○	○	○
石川医院	○	○	○	○	○	小林産婦人科医院	○	×	×	×	×
いちだクリニック	○	×	○	○	○	さつきクリニック	○	○	○	○	○
いとうこどもクリニック	○	○	○	○	○	しいな整形外科クリニック	○	×	○	○	○
伊藤内科	○	×	○	○	○	鈴木内科	○	○	○	○	○
宇賀神内科外科	○	×	○	○	○	高橋外科胃腸科	○	×	×	×	○
大井田医院	○	×	×	○	○	竹村内科腎クリニック	○	○	○	○	○
大野医院 ※女性のみ	○	×	×	×	×	にがみどう内科クリニック	○	○	○	○	○
大谷医院	○	×	○	○	○	これぎクリニック	○	○	○	○	○
大谷クリニック	×	○	○	○	○	布川小児科	○	○	○	○	○
小川こどもクリニック	×	○	○	○	×	ぶんかばファミリークリニック	○	○	○	○	○
奥山医院	○	×	×	×	×	細川耳鼻咽喉科・内科	○	○	○	○	○
小野内科循環器科医院	○	○	○	○	○	細川内科・外科・眼科	○	○	○	○	○
鹿沼脳神経外科	○	×	×	×	×	山口内科医院	○	×	×	○	○
金子医院	○	○	○	○	○	山崎内科医院	○	×	○	○	○
上都賀総合病院	○	○	○	○	○	高橋医院	○	○	○	○	○
かわなクリニック	○	×	○	○	○	西方病院	○	○	○	○	○
北川医院	○	○	○	○	○						

広島派遣

リーバス
産業団地

高齢者支援センター

木づかい
総合計画⑥

市民のひろば

フラッシュ

健康

お知らせ

企業図鑑