

# 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。インターネットかお電話で申し込みください。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。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6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) …… 200円  
 // (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(30・40・45・50・52・55・60・65・70歳の女性) …… 500円  
 風しん抗体検査  
 ※2(45~61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			
5月17日(水)	市民情報センター	午前8時~11時 (時間指定あり)	○	○		○	CT	○	○	○		宇都宮健康クリニック
21日(日)			○	○		○	CT	○	○	○		栃木県保健衛生事業団
26日(金)			○	○		○	レントゲン	○	○	○	○	
6月4日(日)	加蘇コミュニティセンター		○	○	○	○	CT	○	○	○	○	宇都宮健康クリニック
5日(月)	市民情報センター		○	○	○	○	レントゲン	○	○	○		
10日(土)	菊沢コミュニティセンター		○	○	○	○	レントゲン	○	○	○		
11日(日)	栗野コミュニティセンター		○	○	○	○	レントゲン	○	○	○	○	
12日(月)	市民情報センター(女性のみ)			○	○	○	レントゲン	○	○	○		

## 骨髄移植ドナー支援事業

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 次の①②をいずれも満たす人と、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市内に住所を有し、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・

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 骨髄提供完了から60日以内に、申請書・日本骨髄バンク発行の証明書等を健康増進係(市役所2階⑥番窓口)へ。

※申請書は市ホームページにあります。



## 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・がん検診の受診や、日々の生活習慣改善でポイントを獲得できる!健康マイレージ事業にぜひご参加ください。※いちごマークが対象です。

対象 平成18年4月1日以前生まれの鹿沼市民

※今年度に18歳・19歳になる人も応募できます。

実施期間 令和6年2月29日(木)まで

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を実施し、結果等を記入の上、健康課(市役所2階⑥番窓口)へ郵送または直接提出。

※詳しくは、応募用紙を確認してください。

応募期限 令和6年3月1日(金)(消印有効)まで



## 2歳児教室

健康課母子健康係 ☎(63)2819

自我が出てきて対応が大変になる2歳の時期に、お子さんの発達や関わり方について学んでみませんか。

とき 5月24日(水) 受付 午前9時30分～10時  
教室 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・遊び・健康相談

対象 2歳のお子さん(2歳0カ月～2歳11カ月)

定員 10組

持ち物 母子健康手帳、水分補給用の飲み物

申込 母子健康係へ電話で。



## 10年に1度の機会です! 歯周病検診を受けましょう!

健康課健康増進係 ☎(63)8311

とき 5月1日(月)～令和6年2月29日(木)  
(休診日を除く)

内容 問診、歯周組織検査

対象 今年度40歳・50歳・60歳・70歳になる人

※対象者には受診券(はがき)を送付します。

※総入れ歯の人は受診をご遠慮ください。

持ち物 受診券(治療が必要な場合は保険証)

料金 無料(治療が必要な場合は有料)

受診方法 検診が受診可能な市内の歯科医院(受診券参照)に直接電話で予約の上、受診。



## 歯と口のいきいき健診

健康課市民健康係 ☎(63)8312

「健康でいつまでも自分の歯と口で、おいしく食事をしたい、楽しく会話したい…」誰もが願う事です。その願いを叶えるための「ヒケツ」をお伝えします。

とき 6月1日(木)、7月1日(土)、8月17日(木)  
各日午後0時45分～2時30分(時間指定あり)

ところ 休日急患歯科診療所(貝島町5027-5)

内容 歯と口の健診(むし歯や歯周病のチェック)、個別相談等

対象 20～74歳 定員 40人

参加料 無料 申込 市民健康係へ電話で。

### 令和5年度

「三歳児よい歯のコンクール」および

「親と子のよい歯のコンクール」中止のお知らせ

健康課母子健康係 ☎(63)2819

栃木県主催令和5年度「三歳児よい歯のコンクール」「親と子のよい歯のコンクール」および市主催の第一次審査は中止となります。



## 離乳食教室

健康課母子健康係 ☎(63)2819

離乳食の進め方、食べさせ方がわからない!固さや量が知りたい!というお悩みについて解決していませんか?

とき 5月30日(火)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4年9・10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、子どものスプーンと食食用エプロン、バスタオル

申込 母子健康係へ電話で。

## 5歳児健診(いち5<sup>ご</sup>健診)のお知らせ

健康課母子健康係 ☎(63)2819

心理相談員と健康課保健師が、市内の幼稚園・保育園・認定こども園を巡回し、集団場面における発達状況や適応状況を確認し、必要に応じ保護者や保育士にアドバイスをを行います。

対象 鹿沼市に在住していて、年度内に5歳になるお子さん。

※対象のお子さんには問診票を送付しています。



## 5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

4月から平日夜間の診療時間が午後9時までに変更となりましたので、ご注意ください。

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。ご協力ください。

	内科・小児科・歯科	内科・小児科
昼間	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・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)	3日(水)	鹿沼脳神経外科 ☎(63)1333
	4日(木)	御殿山病院 ☎(64)2131
	5日(金)	西方病院 ☎0282(92)2323
	7日(日)	上都賀総合病院 ☎(64)2161
	14日(日)	御殿山病院 ☎(64)2131
	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。

## 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

### 12歳以上の人

5月8日から8月末にかけて、重症化リスクが高い人等に新型コロナワクチン接種が始まります。

対象	初回接種(1・2回目接種)を終了した以下の人 ・65歳以上の人 ・基礎疾患を有する人や医療機関・高齢者施設等従事者で12歳から64歳の人
接種時期	前回接種完了から3カ月以上経過後
ワクチン	オミクロン株対応2価ワクチン
接種券	65歳以上の方は、該当時期に合わせて順次発送されます。基礎疾患を有する人*や医療従事者等の人は、事前に申請すると随時接種券を送付します。 ※以前基礎疾患を有すると申請した人は、順次接種券を送付します。
接種会場	個別医療機関(ファイザー2価BA.4-5)
・予約方法など	各医療機関で受け付け 集団接種会場(ファイザー2価BA.1) 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

※1・2回目接種は、一部の個別医療機関と集団接種会場を実施しています。

### 6カ月～4歳の人、5～11歳の人

「6カ月～4歳」の初回接種(1～3回目)、「5歳～11歳」の初回接種(1・2回目)・追加接種(3回目以降)は、個別医療機関で行っています。詳しくは、ホームページをご覧ください。

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。



## 医療用ウィッグ・乳房補整具 購入費補助のご案内

健康課健康増進係 ☎(63)8311

**対象者** 鹿沼市民で、がん治療を受けているまたは受けた人のうち医療用ウィッグまたは乳房補整具を購入した人

**補助内容** 購入費(消費税込み)の10分の9の額(千円未満切捨て)  
・医療用ウィッグ 上限30,000円  
・乳房補整具 上限20,000円  
(補整下着、シリコンパット等)

**申請方法** 購入日の翌日から1年以内に健康課に申請。申請書は市ホームページにあります。詳しくは健康課にお問い合わせください。



## 骨こつパワーアップ運動教室

健康課市民健康係 ☎(63)8312

骨粗しょう症は自分には関係ないと思いがち…。今はまだ大丈夫!と思っているあなた。骨量は一度低下すると改善しません。今日から正しい食事・運動を学んで、骨量低下を食い止めましょう!

	保健師・栄養士の講話+運動実践	運動実践※1
①コース	7月14日(金)	9月15日(金)
②コース	11月17日(金)	1月26日(金)
③コース	2月16日(金)	3月15日(金)

**とき** 午後2時～3時30分(受付1時45分～)  
※1のみ午後2時～3時

**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(75歳未満)

かつ

・2回1コース制。全て参加できる人

**定員** 各コース20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、ヨガマット(持っている人)

**申込** 6月1日(木)～開始。市民健康係へ電話で。

## 令和5年度高齢者肺炎球菌ワクチン

健康課健康増進係 ☎(63)8311

**とき** 令和6年3月31日(日)まで

**ところ** 市内医療機関

※施設や市外医療機関で接種する場合はお問い合わせください。

**対象** 次の①②のいずれかを満たす人

①今年度(令和5年4月1日～令和6年3月31日の間)に、65・70・75・80・85・90・95・100歳になる人

②接種日に60歳以上65歳未満で心臓や腎臓、呼吸器の機能、免疫機能に障害がある人(障害者手帳1級該当者)

※対象者には受診券はがきを4月上旬に送付しました。過去に高齢者肺炎球菌ワクチン(ニューモバックス)を接種済みの人は対象外です。接種履歴等を確認して接種してください。

**費用** 助成額3,500円を差し引いた額

**持ち物** 受診券はがき

※生活保護受給者は、「休日夜間等緊急用の医療費受給資格証」の提示により無料になります。

**申込** 医療機関に直接予約してください。