

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

健康課健康増進係 ☎(63)8311

電話またはインターネットでの予約制です。定員になり次第締め切ります。

※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6年3月31日）

- ※1 特定健診 ……加入中の健康保険組合が指定した額
- ※2 肺がん検診 ……X線レントゲン撮影：200円、ヘリカルCT：5,000円
- ※3 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）
- ※4 骨粗しょう症検診の対象者は、30.40.45.50.52.55.60.65.70歳の女性です。

とき	ところ	受付時間 (時間指定あり)	50歳以上	40歳以上						30歳以上	20歳以上	※4 500円 骨粗しょう症	検診機関
			毎年1回	生涯1回	毎年1回			2年に1回		500円			
			500円 前立腺がん	無料 肝炎ウイルス	※1 特定健診	500円 胃がん	※2 肺がん	無料 大腸がん	※3 乳がん	500円 子宮頸がん			
10月21日(出)	市民情報センター	午前8時～11時	○	○		○	レントゲン	○	○	○	○	宇	
22日(日)	粕尾コミュニティセンター		○	○	○	○	CT	○					
24日(火)	市民情報センター		○	○		○	レントゲン	○	○	○	○		
29日(日)	東部台コミュニティセンター		○	○	○	○	締切	○	○	○	○		栃
31日(火)	市民情報センター (女性のみ・託児あり)		締切										
11月 2日(木)	栗野コミュニティセンター	○	○		○	CT	○	○	○	○	宇		
5日(日)	板荷コミュニティセンター	○	○	○	○	CT	○						
10日(金)	市民情報センター	○	○		○	レントゲン	○	○	○	○			
12日(日)		○	○	○	○	レントゲン	○	○	○	○			

検診機関 栃：栃木県保健衛生事業団 宇：宇都宮健康クリニック



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。

対象者 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5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 胃がん検診（バリウム）とセットで2,500円

申込 集団がん検診の日程から、受診希望日を選んでうえで、健康増進係へ電話で。



10月20日(金)は世界骨粗鬆症デーです!!

健康課市民健康係 ☎(63)8312

自身の骨の状態を骨粗しょう症検診で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。

とき・ところ 上記の記事をご確認ください。

対象 今年度30.40.45.50.52.55.60.65.70歳の女性または、令和4年度対象で未受診だった女性

費用 500円 **申込** 市民健康係へ電話で。



チャレンジ15健康マイレージにご参加ください

健康課健康増進係 ☎(63)8311

参加対象者 平成18年4月1日以前生まれの鹿沼市民

実施期間 令和6年2月29日(木)まで

応募期限 令和6年3月1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。



歯周病検診はお済みですか？

健康課健康増進係 ☎(63)8311

10年に1度の機会です。ぜひ歯と歯茎の状態を確認してください。

実施期間 令和6年2月29日(木)まで（休診日は除く）

対象者 今年度40・50・60・70歳になる人

※対象者には受診券を送付しています。

※総入れ歯の人はご遠慮ください。

内容 問診・歯周組織検査

費用 無料（ただし治療が必要な場合は有料）

インフルエンザ予防接種費用の一部助成

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。

共通事項 接種期間 10月1日～令和6年2月29日

●幼児インフルエンザ（任意接種）

対象者	満6カ月から小学校就学前の幼児
助成額	2,200円（1人当たり1年度内2回まで） 接種料金から2,200円差引いた額が請求されます。
申込み	直接市内医療機関にご予約ください

●高齢者インフルエンザ（定期接種）

対象者	以下に該当する人 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	3,200円（1人当たり1年度内1回） 接種料金から3,200円差引いた額が請求されます。 ・対象者のうち生活保護を受けている人は、全額助成。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。 ・市外の病院等で接種される場合、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、健康課へ問い合わせください。
申込み	直接医療機関にご予約ください。



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9時30分～正午	託児
12月13日(木)	1月24日(木)	×
1月7日(日)	2月18日(日)	○

※託児（要電話予約）は先着10人。

※同日に子宮頸がん・乳がん（超音波のみ）も予約可能です。詳しくは、ホームページをご確認ください。

ところ 市民情報センター

対象 今年度20・25・30～39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。

※Web予約には、受診券に記載のIDとパスワードが必要です。

Web予約は
こちら



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

令和5年秋開始接種 実施中

現在流行しているウイルスに対し、高い重症化予防や発症予防効果の期待ができるXBB対応ワクチンの接種が始まりました。現時点で決定している無料での接種は最後の機会です！

対象	初回接種（1・2回目接種）を終了した全ての人
医療機関個別接種	9月20日以降 順次開始（要予約） 各医療機関へ
なごみ館集団接種	10月5日～開始 酒野谷1004-1（要予約） コールセンター ☎028(680)6170へ
接種券	9月19日～発送開始しています。
接種費用	自己負担なし（無料）
接種回数	実施期間中に1人1回
使用ワクチン	オミクロンXBB.1.5系統の株に対応したワクチン

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。



市民健康フォーラム2023

上都賀郡市医師会事務局 ☎(64)5141・FAX(63)4945

市民のみなさんの健康増進を目的に講演会を開催します。ワクチンはコロナだけじゃない！帯状疱疹など気になるワクチンの話を聞いてみませんか。

とき 11月5日(日)午前11時～午後0時30分

ところ 市民情報センター 5階マルチメディアホール

演題 「健康寿命を延ばそう！子どもから大人までのワクチンのはなし」

講師 上都賀総合病院 薬剤部長 野澤 彰先生

定員 100人（先着順） 参加料 無料

申込 10月25日(木)までに、上都賀郡市医師会事務局または市内かかりつけ医療機関に、電話またはFAXで。

主催 上都賀郡市医師会、鹿沼市、栃木県医師会

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、妊婦さんの健康状態や、お腹の赤ちゃんの発育を確認するために大切な健診です。

産婦健康診査は、産後のお母さんの体調の回復や、赤ちゃんの育児を楽しく行うために大切な健診です。

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。健診費用には、一部助成があります。定期的にきちんと健診を受けましょう。

プレパパ・プレママデビュー塾

健康課母子健康係 ☎(63)2819

と き 10月29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 20組(先着順) 参加料 無料
 持ち物 母子健康手帳
 申込 10月27日(金)までに母子健康係へ電話で。

離乳食の悩み解決 離乳食教室

健康課母子健康係 ☎(63)2819

と き 10月26日(木)午後1時30分～3時30分
 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5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前エプロン、バスタオル
 申込 母子健康係へ電話で。

2歳児の歯の健診と講話

健康課母子健康係 ☎(63)2819

と き 10月24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歳のお子さま(2歳0カ月～2歳11カ月)
 持ち物 母子健康手帳 申込 電話で。



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)

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。

	内科・小児科・歯科	夜間	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)

在宅当番医

外科(昼間)	1日(日)	上都賀総合病院 ☎(64)2161
	8日(日)	御殿山病院 ☎(64)2131
	9日(月・祝)	鹿沼脳神経外科 ☎(63)1333
	15日(日)	荒木医院 ☎(64)2775
	22日(日)	西方病院 ☎0282(92)2323
	29日(日)	休日急患診療所 ☎(65)2101

○上記以外は、消防本部☎(63)1141へ。

献血にご協力ください!

健康課健康増進係 ☎(63)8311

と き 10月20日(金)午前10時～11時45分
 午後1時～4時
 ところ 鹿沼市役所(献血バス) ※事前申込不要

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人も、ぜひ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
 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

11月20日(月) 午後1時～3時30分	医師の講話 「糖尿病って何?」
12月15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15日(月) 午前9時45分～正午	運動の実践 「楽しく運動して糖尿病予防」

ところ 市民情報センター
 対象 1コース3回通して参加できる人
 ・特定健診を受診し、血糖値が高い人
 ・興味、関心のある人
 定員 25人
 申込 11月6日(月)までに、市民健康係へ電話で。

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

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日以内です。