

<11月の検診の案内>

健康のため年に1回
健康診断を受けましょう

申込方法 電話又は直接窓口へ
各健診日の2週間前までに申し込みください。藤岡・都賀地区で事前に申し込みをされている方は、再度申し込み必要はありません。
約1週間前までに受診票などをお送りします。
(生活保護および市民税非課税世帯の方は、申し込み時の申し出で料金を免除します。健診当日の申し出は免除できません)

健診当日
受付時間 8:30~10:30
お持ちいただくもの 受診券、保険証、受診票(集団検診のお知らせ)
※受診券は、がん検診のみを受診される方は、必要ありません。

健診結果
健診の約1か月後に郵送又は結果説明会にて結果をお返しします。

検診項目	対象者 (平成23年3月31日現在)	自己負担額
特定健康診査	身体計測・血圧・診察尿・血液検査・心電図等 特定健康診査受診券をお持ちの40~74歳の方	無料
後期高齢者健康診査	身体計測・血圧・診察尿・血液検査・心電図等 後期高齢者医療制度加入者	無料
生活機能評価	介護予防を目的として身体機能などのチェックをします 65歳以上(ただし、介護保険に認定されている方は対象外)	無料
胃がん検診	バリウムによるレントゲン撮影	800円
肺がん検診	胸部レントゲン撮影	300円
	喀痰細胞診	200円
大腸がん検診	便潜血検査(2日間法)	300円
前立腺がん検診	採血(男性のみ)	400円
子宮がん検診	細胞診(頸部のみ)	700円
乳がん検診	超音波検査	30~39歳(女性のみ) 500円
	マンモグラフィ+超音波検査	40歳以上(女性のみ) 1,000円
肝炎ウイルス検診	B型+C型	①40歳の方 ②41歳以上で過去に受診したことがない方
	B型	100円
	C型	500円
骨粗しょう症検診	超音波測定	女性 20・25・30・35・40・45 50・55・60・65・70歳 男性 60・65・70歳 400円

集団検診(特定健診・後期高齢者健診・がん検診等) 受付時間 8:30~10:30 ◎お申し込みください

月	日	曜日	会場	対象	受診項目			
					特定健診・肝炎ウイルス 胃がん・肺がん・大腸がん	前立腺がん	子宮がん 乳がん	骨密度
11	1	月	吹上公民館(栃木)	男女	○	○	○	○
	9	火	栃木保健福祉センター	男女	○	○	×	×
	10	水	ゆうゆうプラザ(大平)	男女	○	○	○	○
	11	木	栃木保健福祉センター	男女	○	○	○	○
	14	日	藤岡福祉センター	男女	○	○	○	×
	17	水	三鴨地区公民館(藤岡)	男女	○	○	○	○
	18	木	栃木保健福祉センター	女性のみ	○	×	○	○
	22	月	ゆうゆうプラザ(大平)	男女	○	○	×	×
	27	土	栃木保健福祉センター	男女	○	○	×	×
	29	月	栃木保健福祉センター	男女	○	○	○	○
	30	火	栃木保健福祉センター	女性のみ	○	×	○	○

栄養相談・健康相談
予約制です。各総合支所へ問い合わせください。

月	日	会場	時間
11	8	月	栃木保健福祉センター 9:00~11:30
	9	火	藤岡福祉センター 9:00~16:00
	12	金	ゆうゆうプラザ(大平) 13:30~16:30
	18	木	都賀保健センター 13:30~16:00
	26	金	栃木保健福祉センター 9:00~11:30

こころの健康相談

月	日	会場	時間
11	1	月	9:00~16:00 (12:00~13:00を除く) ※予約不要。 直接お越しください。
	8	月	
	15	月	
	22	月	
	29	月	13:30~16:30 ※予約制。専門のカウンセラーが相談に応じます。 事前に申込みください。
5	金		

母子保健のご案内

健診 ※健診は個別通知します。

内容	地区	期日	受付時間
4か月児健診	栃木	10月6日(水)	13:00~13:50
	大平	10月6日(水)	13:15~14:30
	藤岡	10月29日(金)	12:30~12:45
9か月児健診	都賀	10月13日(水)	13:00~13:30
	栃木	10月14日(木) 10月26日(火)	13:00~13:50
	大平	10月7日(木)	13:15~14:30
1歳6か月児健診	藤岡	10月29日(金)	13:00~13:15
	都賀	10月13日(水)	13:00~13:30
	栃木	10月20日(水)	13:00~13:50
3歳児健診	大平	10月28日(木)	13:15~14:30
	栃木	10月7日(木) 10月27日(水)	13:00~13:50
	大平	10月29日(金)	13:15~14:30
2歳児歯科健診	藤岡	10月6日(水)	12:30~13:00
	都賀	10月20日(水)	13:00~13:30
	栃木	10月5日(火)	9:15~9:30 10:15~10:30
2歳児歯科健診	大平	10月19日(火)	13:20~14:20
	藤岡	10月7日(木)	10:00~12:00

※通知でご案内したお時間にお越しください。

教室 ※事前に申し込みください。

両親教室	主な内容 (※4回1コース)	対象地区/会場/日程		
		栃木・都賀 (栃木保健福祉センター)	大平・藤岡 (藤岡福祉センター)	受付時間
① 妊娠中の生活・栄養指導		終了	終了	-
② 育児について・妊婦体操		終了	終了	-
③ 妊婦体験・沐浴指導など		10月16日(土)	10月2日(土)	9:30~
④ 呼吸法・母乳の手入れ		10月29日(金)	11月5日(金)	13:30~

すくすく教室	地区	主な内容(栃木・藤岡は2回1コース)	日程	時間	対象
すくすく教室	栃木	① ふれあい遊び・子育てアドバイス	終了	10:00~	生後3~5か月
		② 絵本の読み聞かせ・ストレッチ	10月16日(土)		
すくすく教室	藤岡	① ベビーマッサージ	10月20日(水)	13:30~	H22.5~6月生
		② 離乳食実習	11月10日(水)	10:00~	H22.7~8月生
すくすく教室	都賀	① 離乳食のお話	10月21日(木)	受付 13:15~13:30	H22.6~7月生
		② 赤ちゃんふれ合おう			

本庁健康増進課 【☎25-3512】
大平総合支所健康福祉課 【☎45-1788】
藤岡総合支所健康福祉課 【☎62-0904】
都賀総合支所健康福祉課 【☎29-1103】

市民公開講座のお知らせ

日程 10月13日(水)13:30~14:30
場所 サンプラザ(片柳町2-2-2) ☎23-5711

内容 1 むし歯を防ごう
①6歳臼歯のむし歯を防ぐ「シーラント」
早乙女 雅彦 先生
②母子垂直感染について
根元 進 先生

2 子宮頸がんワクチンについて
木内 信二 先生

3 食物アレルギーについて
木内 信二 先生

主催 下都賀歯科医師会
協賛 下都賀都市医師会/栃木市
問合先 下都賀歯科医師会会長 坂本正雄 ☎24-7721
事務局(青木) ☎27-9058

子育てサロン

ママの交流の場としてご利用ください。
保健師等による育児相談も実施しています。

地区	日時	同時開催内容や対象者
栃木	10月4日(月)10:00~	子育て相談
大平	10月12日(火)9:30~	子育て相談
藤岡	10月19日(火)10:00~	対象者(H21.9~10月生) ※対象外の方は11:00~です
都賀	10月26日(火)9:30~	子育て相談・むし歯予防のお話