

〔5月26日(木)の集団健診の会場変更のお知らせ〕
 変更前 長寿園
 変更後 栃木保健福祉センター

<6月の健診のご案内>

健康のため年に1回
健康診断を受けましょう

申込方法 TELまたは直接窓口へ
希望日の2週間前までに申し込みください。

- ・受診は受診項目別に年1回です。
- ・75歳以上は無料です。
- ・生活保護および市県民税非課税世帯で料金免除を申請する方は、健診日の1週間前までに申し出てください。

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
・特定健診・後期高齢者健診を受診する方は、受診券と保険証を必ずお持ちください。

健診結果
健診の約1か月後に郵送もしくは結果説明会にて結果をお返します。

保健福祉部健康増進課 【☎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】

検診項目	対象者 (平成24年3月31日現在)	自己負担額
特定健康 診査	40~74歳で特定健康診査受診券をお持ちの国保または社保加入者	国保加入者は無料
後期高齢 健康診査	後期高齢者医療制度加入者	無料
ヤング 健診	20~39歳	800円
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 <small>かくたん</small>
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) ※クーポン券対象者は無料	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) ※クーポン券対象者は無料 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	600円
	C型	100円
骨粗 しょう 症検診	女性 20・25・30・35・40・45 50・55・60・65・70歳	400円
	男性 60・65・70歳	

集団健診日程 (受付時間8:30~10:30)

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
6	2	木	ゆうゆうプラザ(大平)	男・女	○	○	○	○
	3	金	藤岡福祉センター	女性のみ	○	×	○	○
	4	土	栃木保健福祉センター	女性のみ	○	×	○	○
	5	日	都賀保健センター	男・女	○	○	○	○
	6	月	都賀保健センター	男・女	○	○	○	○
	13	月	栃木保健福祉センター	男・女	○	○	○	○
	15	水	栃木保健福祉センター	男・女	○	○	×	×
	18	土	藤岡福祉センター	男・女	○	○	○	○
	22	水	ゆうゆうプラザ(大平)	男・女	○	○	○	○
	29	水	三鴨地区公民館(藤岡)	男・女	○	○	×	×

栄養相談・健康相談 予約制です。各総合支所へ問い合わせてください。				
6月	3	金	ゆうゆうプラザ(大平)	13:30~16:30
	7	火	藤岡福祉センター	9:00~16:00
	13	月	栃木保健福祉センター	9:00~11:30
	23	木	都賀保健センター	13:30~16:00

こころの健康相談 相談員による相談				
6月	6	月	本庁 市民相談室	9:00~16:00 ※正午~1時間を除く。 ※予約なし。 直接お越しください。
	13	月		
	20	月		
	27	月		
カウンセラーによる相談				
6月	21	火	ゆうゆうプラザ(大平)	13:30~16:30
	30	木	栃木保健福祉センター	
※予約制。 なんとなく眠れない、落ち込む、生きづらさ、自分の考えを変えたい等こころの悩みのある方。				

母子保健事業のご案内

健診 ※健診は個別通知いたします。
 ※都賀地域の9か月健診は「親子けんこうカレンダー」と日程が変更になっていますのでご注意ください。

内容	地域	日程	受付時間
4か月児 健診	栃木	5月11日(水) 5月26日(木)	13:00~13:50
	大平	5月25日(水)	13:15~14:30
	藤岡	5月27日(金)	12:30~12:45
	都賀	5月11日(水)	13:00~13:30
9か月児 健診	栃木	5月17日(火)	13:00~13:50
	大平	5月26日(木)	13:15~14:30
	藤岡	5月27日(金)	13:00~13:15
1歳6か月児 健診	都賀	5月11日(水)	13:00~13:30
	栃木	5月13日(金) 5月18日(水)	13:00~13:50
	大平	5月11日(水)	13:15~14:30
3歳児 健診	藤岡	5月17日(火)	12:30~13:00
	都賀	—	—
	栃木	5月19日(木) 5月25日(水)	13:00~13:50
	大平	5月12日(木)	13:15~14:30
2歳児 歯科健診	藤岡	—	—
	都賀	—	—
	栃木	5月10日(火)	9:15~9:30 10:15~10:30
	大平	5月20日(金)	13:20~14:20
都賀	5月31日(火)	13:00~13:30	—

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)	対象地域/会場/日程		受付時間	
		栃木・都賀 (栃木保険福祉センター)	大平・藤岡 (大平健康福祉センター)		
1回目	妊娠中の生活・栄養指導	5月16日(月)	終了	13:30~	
2回目	育児について・妊婦体操	5月23日(月)	5月19日(木)	13:30~	
3回目	妊婦体験・沐浴指導	6月11日(土)	6月18日(土)	9:30~	
4回目	呼吸法・母乳の手入れなど	6月24日(金)	7月21日(木)	13:30~	
すくすく 教室	地域	主な内容(☼栃木・藤岡は2回1コース)	日程	時間	対象
	栃木	1回目:ふれあい遊び・子育てアドバイス	5月31日(火)	10:00~	生後3~5か月
		2回目:絵本の読み聞かせ・ストレッチ	6月11日(土)		
	大平	離乳食教室	5月13日(金)	13:30~	生後3~4か月 ※対象の方へ通知します
	藤岡	1回目:離乳食実習	5月13日(金)	10:00~	1回目H23.1~2月生
2回目:ベビーマッサージ		6月22日(水)	13:30~	2回目H23.1~2月生	
都賀	離乳食の話/ベビーマッサージ	—	—	—	

保健福祉部健康増進課 【☎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】

★栃木市妊婦一般健康診査のご紹介★

栃木市では母子手帳の発行の際に「妊婦一般健康診査受診票」をお渡ししています。妊婦さんの健康とおなかの赤ちゃんのために定期的に健診を受けましょう。

※助成金額※

1回目:20,000円上限
 8回目:11,000円上限
 11回目:9,000円上限
 その他(2~7,9~10,12~14回目):5,000円上限
 △県内の医療機関で妊婦健康診査を受診する際に利用ができます。
 ▽県外等で県の医療機関を利用される際には事前に各地区の上記担当課までご連絡下さい



※フッ素塗布(虫歯予防)のお知らせ※

平成23年6月5日(日)に無料でフッ素塗布を行います

【対象】小学1年生及び年長児

【申込み】

①栃木地域:地域内の小学校・幼稚園・保育園を利用されている方は、各施設から通知が届きますので、各施設へ希望を提出してください。地域外/市外に通われている方、未就園の方は、ご連絡ください。

②大平/藤岡/都賀地域:小学1年生の方は栃木地域と同じ申込方法です。年長児の方へは個別通知します。

子育てサロン

☼ママの交流の場としてご利用ください。

保健師の育児相談も実施しています。

地域	日時	同時開催内容や対象者
栃木	5月9日(月)10:00~	子育て相談・離乳食教室
大平	5月9日(月)9:30~	子育て相談
藤岡	5月16日(月)10:00~	対象者(H21.4~5月生) ※対象外の方は11:00~です
都賀	5月24日(火)9:30~	栄養のお話