

<7月の検診のご案内>

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週間前までにお申し込みください。
 ・受診は受診項目別に年1回です。
 ・75歳以上の方および後期高齢者医療保険に加入者は無料です。
 ・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。

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 計測・血圧・診察 後期高齢者健康診査 尿・血液検査・心電図等	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 後期高齢者医療制度加入者	国保加入者は無料 無料
ヤング健診 身体計測・血圧・尿 血液検査等	20~39歳	800円
胃がん検診 バリウムによる レントゲン撮影	40歳以上	800円
肺がん検診 胸部レントゲン撮影		300円
肺がん検診 かくたん 喀痰細胞診		200円
大腸がん検診 便潜血検査 (2日間法)	40歳以上	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)	20歳以上(女性のみ) ※クーポン券対象者は無料	700円
乳がん検診 超音波検査 マンモグラフィ+ 超音波検査	30~39歳(女性のみ)	500円
	40歳以上(女性のみ) ※クーポン券対象者は無料	1,000円
肝炎 ウィルス 検診 B型+C型 B型 C型	40歳以上 (過去に受診したことのない方)	600円
		100円
		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

母子保健事業のご案内

本 健康増進課 ☎25-3512
 大 健康福祉課 ☎45-1788
 藤 健康福祉課 ☎62-0904
 都 健康福祉課 ☎29-1103

健 診 ※健診は個別通知します。

内容	地域	日 程	受付時間
4か月児健診	栃木	6月21日(火)	13:00~13:50
	大平	6月29日(水)	13:15~14:30
	藤岡	6月30日(木)	12:30~12:45
9か月児健診	都賀	6月8日(水)	13:00~13:30
	栃木	6月9日(木) 6月29日(水)	13:00~13:50
	大平	6月30日(木)	13:15~14:30
1歳6か月児健診	藤岡	6月30日(木)	13:00~13:15
	都賀	6月8日(水)	13:00~13:30
	栃木	6月1日(水) 6月23日(木)	13:00~13:50
3歳児健診	大平	6月8日(水)	13:15~14:30
	都賀	6月22日(水)	13:00~13:30
	栃木	6月16日(木)	13:00~13:50
2歳児 歯科健診	大平	6月9日(木)	13:15~14:30
	藤岡	6月15日(水)	12:30~13:00
	栃木	6月7日(火)	9:15~9:30 10:15~10:30
	大平	6月24日(金)	13:20~14:20
	藤岡	6月8日(水)	10:30~

♡両親教室♡
 もうすぐママ・パパになる方やその家族の方々を対象に栃木市では両親教室を開催しています♪
 妊娠・出産・育児について学んだり、お友達作りができてたりする、楽しい教室です。ご参加お待ちしております。

詳しい内容や日程等につきましては、下記の「両親教室」の欄、または母子手帳交付時にお配りしました「両親教室のご案内」をご覧ください。



☆こんにちは赤ちゃん事業☆
 生後4か月までのお子さんのいる家庭にお伺いして、子育ての不安や悩みの相談、子育て支援の情報提供を行います。
【訪問担当者】
 ▼市から委託された母子保健推進員
 ▼保健師 ▼保育士
 ※身分証を携帯していますので、安心してご相談ください。

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	6月6日(月)10:00~	子育て相談
大平	6月13日(月)9:30~	子育て相談
藤岡	6月20日(月)10:00~	対象者(H20.5~6月生) ※対象外の方は11:00~です
都賀	6月28日(火)9:30~	子育て相談・むし歯予防のお話

※ 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)	対象地域/場所/日程			受付時間	
		栃木・都賀 (栃木保健福祉センター)		大平・藤岡 (ゆうゆうプラザ)		
		5月-6月コース	7月-8月コース			
1回目	妊娠中の生活・栄養指導	終了	7月1日(金)	終了	13:30~	
2回目	育児について・妊婦体操	終了	7月25日(月)	終了	13:30~	
3回目	妊婦体験・沐浴指導	6月11日(土)	8月20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)	8月26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		7月5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		6月10日(金)	13:30~	—
	藤岡	ベビーマッサージ		6月22日(水)	13:30~	H23.1~2月生
離乳食実習		7月8日(金)	10:00~	H23.3~4月生		
都賀	ベビーマッサージ/離乳食のお話		6月20日(月)	受付13:15~13:30	H23.2~3月生	

集団検診日程 (受付時間8:30~10:30)

月	日	曜日	会場	対象	受診項目			
					特定健診・肝炎ウィルス 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
7	1	金	栃木保健福祉センター	男・女	○	○	×	×
	3	日	栃木保健福祉センター	女性のみ	○	×	○	○
	5	火	栃木保健福祉センター	男・女	○	○	○	○
	6	水	栃木保健福祉センター	女性のみ	○	×	○	○
	7	木	栃木老人福祉センター長寿園	男・女	○	○	×	×
	11	月	ゆうゆうプラザ(大平)	男・女	○	○	○	○
	13	水	赤麻地区公民館(藤岡)	男・女	○	○	×	×
	17	日	栃木保健福祉センター	男・女	○	○	○	○
	20	水	吹上公民館(栃木)	男・女	○	○	○	○
	22	金	ゆうゆうプラザ(大平)	男・女	○	○	○	○
	25	月	栃木保健福祉センター	女性のみ	○	×	○	○
	29	金	栃木保健福祉センター	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。

7月	日	曜日	会場	時間
1	金	ゆうゆうプラザ(大平)	13:30~16:30	
5	火	藤岡福祉センター	9:00~16:00	
25	月	栃木保健福祉センター	9:00~11:30	
26	火	都賀保健センター	13:30~16:00	

こころの健康相談

7月	日	曜日	会場	時間
相談員による相談 4日(月)・11日(月)・19日(火)・25日(月) 本庁市民相談室 9:00~16:00(正午~1時間を除く) ※予約なし。直接おこしください。				
カウンセラーによる相談				
20	水	ゆうゆうプラザ(大平)	13:30~16:30	
29	金	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。

問合せ先
 本 健康増進課 ☎25-3511 大 健康福祉課 ☎45-1788
 ☎25-3512 藤 健康福祉課 ☎62-0904
 都 健康福祉課 ☎29-1103