



Health Information

問い合わせ先

健康増進課（きらら館）

☎52 - 1116

結核定期健診（南河内地区）のお知らせ

感染症法に定められた結核定期健診（胸部間接レントゲン検診）を次のように実施します。この検診の対象者は65歳以上（平成20年3月31日基準）の方で、毎年1回の検診となります。レントゲン検診車が市内を巡回しますので、市から郵送された受診票をご持参のうえ、最寄りの会場で受診してください。

検査結果は、異常のある方のみにお知らせし、医療機関で精密検査を受診していただくこととなりますが、通知は南河内地区検診終了後、約1か月かかりますので、ご了承ください。

なお、勤務先で受診される方や医療機関で定期的に結核検診を受診されている方、集団検診等で肺がん検診を受診される方は、この結核検診の必要はありませんので健康増進課までご連絡ください。

結核健診日程

実施日	時間	会場
6月6日（水）	9:30～10:00	成田公民館
	10:20～11:00	薬師寺六丁目公民館
	11:20～11:50	南河内商工会館
6月7日（木）	10:00～10:30	薬師寺三丁目公民館
	11:00～11:30	西区公民館
6月11日（月）	9:30～10:30	仁良川コミュニティセンター
	10:50～11:50	グリーンタウンコミュニティセンター
6月12日（火）	9:30～10:00	谷地賀公民館
	10:20～10:50	下文狭公民館
	11:10～11:40	町田公民館
6月13日（水）	9:30～10:00	西坪山公民館
	10:20～10:50	台坪山公民館
	11:10～11:40	上坪山公民館
6月14日（木）	10:00～11:30	グリーンタウンコミュニティセンター
6月19日（火）	9:30～10:00	東根公民館
	10:20～10:50	南河内東公民館
	11:10～11:40	絹板台公民館
6月20日（水）	9:30～10:30	グリーンタウンコミュニティセンター
	11:00～11:50	南河内庁舎南側駐車場
6月21日（木）	9:30～10:00	三王山公民館
	10:20～10:50	吉田東小学校体育館駐車場
	11:10～11:40	鯉沼公民館

※ この期間に受けられない方は、国分寺地区（8月20日～9月18日）または石橋地区（9月26日～10月16日）の検診を受けてください。

子宮がん個別検診のご案内

平成19年度の子宮がん検診を、集団検診と医療機関での個別検診の選択方式で実施します。受診回数は年度内に1回ですので、どちらかを選択して受診してください。

個別検診をご希望の方は、下記の医療機関に直接予約申し込みの上、受診してください。

実施時期 平成19年6月1日～平成20年2月29日

対象者、内容

検査名	対象者	個人負担金	検査内容
子宮頸部がん検診	20歳以上の女性	800円	・問診 ・視診 ・内診 ・子宮頸部細胞診

実施医療機関

医療機関名	石橋総合病院	木村クリニック	中央クリニック	木村産婦人科医院
住所	石橋 628	祇園 1-7-7	薬師寺 3154	壬生町壬生甲 2349
電話番号	(53) 1134	(44) 8211	(40) 1121	0282 (82) 6136
検診受付時間	火・木曜日 午前8時30分～正午	月・金曜日 午後3時～5時30分	火・木曜日 午後3時～4時30分	午前9時～正午 午後3時～5時30分 (但し、木・土曜日 の午後と水・日曜日 及び祭日は休診)

受診方法

- *平成19年度生活習慣病（または青年期）受診券（はがき）を必ず当日ご持参ください。
- *検診の結果、精密検査または治療が必要となった場合は、それに関する費用は保険診療で自己負担金となりますので、必ず保険証をご持参ください。
- *受診回数は年度内1回ですが、国の指針により平成20年度には2年に1回となる予定です。受診する機会があった場合は、すすんで受診しましょう。
- *個人負担金は受診当日、直接医療機関の窓口でお支払いください。
(70歳以上の方、障害者手帳をお持ちの方は無料です。手帳を窓口に提示してください。)

受診に関する注意事項

現在、婦人科の治療を受けている方または治療終了後2週間以内の方は受診できません。
月経中（終了後3日以内も含む）の方は受診できません。
スカート等の支度が便利です。
生理用品（ナプキン）をご持参ください。



検診結果

- *市は受診された方の検診結果と精密検査結果について、受診医療機関より提供を受けます。
- *検査結果は、医療機関からの結果が届き次第、健康増進課より郵送でお送りします。

平成19年度 医療機関生活習慣病個別検診のお知らせ

下野市における下記の検診は、集団検診と個別検診の選択方式で実施します。

受診は年1回ですので、どちらかを選んで受診してください。

生活習慣病といわれるがん、心臓病、脳卒中、糖尿病などは、初期にはこれといった自覚症状がないため、健診を受けなければ見つかりません。あなたの現在のからだの状態を知る大きな手がかりとなりますので、ぜひ受診してください。

検診内容

検査名	対象者年齢(平成20年3月31日基準)	個人負担金(※)	検査内容
基本健康診査	40歳以上	無料	問診、計測、血圧、検尿、心電図、血液検査等 65歳以上の方には生活機能検査(※)を併せて実施
大腸がん検診	40歳以上	400円	便潜血反応検査(2日法)
前立腺がん検診	50歳以上の男性	400円	腫瘍マーカーPSA検査(血液検査)

実施期間 平成19年6月1日から10月31日まで

受診回数 基本健康診査、大腸がん検診、前立腺がん検診とも年1回です。
市の集団検診との重複受診はできません。

実施方法 市から郵送された平成19年度下野市生活習慣病検診受診券と保険証を持参し、窓口へ提出してください。
大腸がんの検査容器と問診票等は医療機関にあります。
個人負担金は当日医療機関の窓口でお支払いください。
検査結果は、後日医療機関で確認し、記録票をお受け取りください。

注意事項 血液検査がありますので、受診当日は食事をとらないでください。

受診医療機関

地区別になっていますが、どの医療機関でも受けられます。

各医療機関の診察時間に受診してください。

医療機関名		電話番号	医療機関名		電話番号
国分寺地区	海老原医院	44-0163	石橋地区	金井外科医院	53-6213
	岡田医院	44-0021		佐藤内科	53-1305
	小金井クリニック	44-8345		島田クリニック	53-8000
	小金井中央病院	44-7000		新島内科クリニック	53-8820
	しもつけ痛みのクリニック	40-0307		ふじたクリニック	51-2727
	ちば整形外科クリニック	40-0811		角田内科医院	53-5665
	宮澤クリニック	44-3309		伊澤外科整形外科	44-6100
	山本整形外科医院	44-6820		グリーンタウンクリニック	44-8311
石橋地区	石橋総合病院	53-1134	南河内地区	すずき内科・循環器科	40-1260
	大栗内科	53-5850		南河内診療所	47-1070
	大柳内科・眼科	51-2400		若草クリニック	40-0123

歯周疾患検診のお知らせ

「80歳になっても自分の歯が20本！」高齢期を元気に過ごすために、平成19年度の歯周疾患検診を、医療機関での個別検診として次のように実施します。該当する方には、下野市歯周疾患検診受診券を送付しますので、受診時は必ず受診券と保険証をご持参ください。

検診実施方法

- 対象者** 40歳、50歳、60歳、70歳の男女（平成20年3月31日基準日）
なお、勤務先で受けられる方、現在歯周疾患を治療中の方は受けられません。
- 受診回数** 年1回
- 検査内容** 問診、歯周組織検査（歯周ポケット測定等）
- 受診方法** 受診券を持参し、直接受診してください。
- 実施期間** 平成19年6月1日から10月31日まで（休診日除く）
- 個人負担金** 1,000円
歯科医院の窓口でお支払いください。ただし、70歳以上の方または障害者手帳をお持ちの方は無料です。（検診当日、窓口で障害者手帳をご提示ください。）
- 検査結果** 受診した歯科医院でお聞きください。

下野市歯周疾患検診受託医療機関

医療機関名	住所	電話	医療機関名	住所	電話
岩井歯科クリニック	緑 1-9-1	40-1177	原田歯科医院	石橋 362	53-0033
海老原歯科医院	祇園 5-7-3	44-8148	山崎歯科医院	石橋 284-21	53-0275
野口歯科クリニック	薬師寺 3383	44-8880	おがわら歯科医院	柴 1419-10	40-5525
山本歯科医院	薬師寺 1516-4	48-0058	おさの歯科医院	医大前 4-9-4	44-6188
飯野歯科医院	下古山 986-6	53-3223	川中子歯科医院	小金井 119	40-7464
伊澤歯科医院	下古山 497-3	53-0235	五月女歯科医院	駅東 5-12-15	44-8241
金田歯科医院	下古山 16-19	53-7475	高橋歯科医院	小金井 132-6	44-0101
さくら歯科医院	下古山 339	52-2522	ハラダ歯科医院	小金井 1-5-4	44-4182
鶴見歯科医院	石橋 1562	53-3692	山中歯科医院	小金井 2966	44-0401
豊田歯科医院	大松山 1-4-1	53-0307			

フッ素塗布・歯の健康相談

6月4日～10日は、『歯の衛生週間』です

- 《日時》 6月6日（水）
受付時間 午後2時～4時
- 《場所》 保健福祉センターきらら館
- 《対象》 2歳6か月～小学校入学前の幼児
- 《料金》 無料です
- 《注意》
・歯をみがいてから、ご来場ください。
・フッ素塗布後1時間は飲食できません。
・当日は、ブラッシング指導やエプロンシアターも実施します。



問い合わせ先

健康増進課（きらら館内）母子保健グループ ☎52-1116

げんき・にこにこ・健康こらむ

シリーズ 禁煙についてのワンポイントアドバイス

~~ 5月31日は『世界禁煙デー』です ~~

世界禁煙デーはWHO（世界保健機関）が定め、喫煙者には24時間喫煙を控えるよう、また各国政府・自治体・個人などには喫煙と健康について考えるよう呼びかけています。今年で20回目となります。

喫煙と健康問題について考えましょう！

あなたの1日のタバコの喫煙本数は 本 × あなたの喫煙年数は 年 =
あなたの はいくつ?? 人体に与える影響は、過去から現在までの喫煙量と関係します。

数値が400以上で肺がんが発生しやすい状態になり、600以上の人は肺がんの高度危険群といわれています。また、1200以上で喉頭がんの危険性が極めて高くなるといわれています。

しかし、もし、数値が高くても、決して“もう遅い”ということではありません。

さあ、禁煙をスタートしましょう！

《 禁煙を成功させる工夫あれこれ 》

目標を設定し禁煙宣言！

何のために禁煙するのか「目標」を決めましょう。また、周囲にも禁煙を宣言しましょう。禁煙日記などを活用して継続させます。

吸わない環境づくりを心がける

灰皿やライターなどたばこに関する物を、身の回りに置かないようにしましょう。

禁煙仲間を見つける

禁煙仲間をつくると、励ましあえます。インターネットなどで仲間づくりや禁煙支援を行うサイトもあるので活用してみてもはいかがでしょうか。

自分の行動パターンを知る

起床後、すぐにたばこを吸うなど、喫煙時の行動パターンを分析して、喫煙に結びつかない行動を考えましょう。

ニコチンパッチやガムを利用する

ニコチン離脱症状緩和のための禁煙補助剤の利用も考えてみましょう。

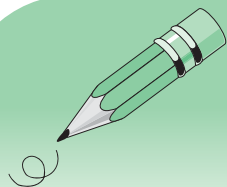
保険適用になりましたので医療機関にご相談ください。

《 周囲の被喫煙者への健康影響について考えましょう 》

タバコの煙による健康への悪影響は、喫煙者本人にとどまりません。他人のタバコの煙を吸わされる受動喫煙によって健康への悪影響が生じることも指摘されています。

この機会にあなたも、禁煙について考えてみましょう！！





保健メモ

5月10日 ▶ 6月10日

開催日	内容(地区名)	受付時間	対象者(地区名)	場所
5月10日(木)	3歳児健診	13:00~13:30	平成16年2月生(石橋)	きらら館
	1歳6か月児健診	13:00~13:30	平成17年10月生(国分寺・南河内)	ゆうゆう館
5月14日(月)	ポピーくらぶ	10:00~11:30	就園前のお子さん	きらら館
5月16日(水)	育児相談・栄養相談	9:30~11:00	就園前のお子さん	ゆうゆう館
5月17日(木)	1歳6か月児健診	13:00~13:30	平成17年10月生(石橋)	きらら館
5月21日(月)	ポピーくらぶ	10:00~11:30	就園前のお子さん	きらら館
	9か月児健診	13:00~13:30	平成18年8月生(国分寺・南河内)	ゆうゆう館
5月22日(火)	生活習慣病検診 婦人科検診 青年期生活習慣病検診	8:30~10:00	事前申し込みが必要です	ゆうゆう館
	ポピーくらぶ	10:00~11:30	1歳6か月~就園前のお子さん リトミックを行います	きらら館
5月23日(水)	赤ちゃん広場	10:00~10:10	平成19年1月・2月生(石橋)	きらら館
5月24日(木)	9か月児健診	13:00~13:30	平成18年8月生(石橋)	きらら館
	4か月児健診	13:00~13:30	平成19年1月生(国分寺・南河内)	ゆうゆう館
5月28日(月)	フレッシュパパ・ママ教室	9:15~9:30	事前申し込みが必要です	きらら館
5月29日(火)	ポピーくらぶ	10:00~11:30	就園前のお子さん	きらら館
	ポリオ予防接種	13:00~13:30	生後3か月~90か月までのお子さん で、2回接種していない方	ゆうゆう館
5月31日(木)	4か月児健診	13:00~13:30	平成19年1月生(石橋)	きらら館
6月1日(金)	ポピーくらぶ	10:00~11:30	就園前のお子さん	きらら館
6月4日(月)	生活習慣病検診 婦人科検診 青年期生活習慣病検診	8:30~10:00	事前申し込みが必要です	きらら館
	ポピーくらぶ	10:00~11:30	就園前のお子さん	きらら館
6月6日(水)	フッ素塗布・歯科相談	14:00~16:00	2歳6か月~就学前のお子さん	きらら館
6月7日(木)	3歳児健診	13:00~13:30	平成16年3月生(石橋)	きらら館
	生活習慣病検診 婦人科検診 青年期生活習慣病検診	8:30~10:00	事前申し込みが必要です	ゆうゆう館

問い合わせ先

健康増進課(きらら館) ☎52-1116

♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥ 愛の献血にご協力ください ♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥

血液は、人間の生命を維持するために欠くことのできないもので、輸血を中心とする医療を支えています。この血液は人工的につくることができませんし、生きた細胞なので長い間保存することもできません。献血によって必要な量の血液が確保できなければ、医療は成り立ちません。より多くの皆さんに献血へのご理解とご協力をお願いいたします。

日時 5月17日(木) 午前10時~午後4時
場所 国分寺公民館



ご協力いただいた方に7項目の生化学検査結果をお知らせしています。多くの方のご協力をお願いします。