

まだ間に合います！

## 年に1度の特定健診・がん検診

今年度の終了時期が迫っています。お早めにお申し込みください。

■対象となっている健診・検診項目をお得に受けることができます

○特定健診・後期高齢者健康診査

(血液検査・血圧測定・尿検査・心電図・身体計測・問診)

▶期限 令和7年1月31日(金)まで

○がん検診(胃・肺・大腸・子宮・乳・前立腺)

▶期限 令和7年2月28日(金)まで

■けんしんを受ける流れ

残りわずか！

集団けんしん

①受診方法を決める(保健センターなど)

②予約する

右の二次元コードの予約フォームまたは  
電話にて健康増進課 ☎24-5770



個別けんしん

①受診方法を決める(市内の協力医療機関)

②受診する

(予約が必要な医療機関には直接予約)

予約フォームなら24時間受付OK! 予約枠の残数も確認できます!



## 歯周疾患検診・後期高齢者歯科健康診査

▶対象 歯周疾患検診 令和6年4月1日時点で40・50・60・70歳の方

後期高齢者歯科健康診査 令和6年4月1日時点で75・80・85歳の方

▶予約方法 直接、協力医療機関へ

検査内容や料金、受診ができる協力医療機関については、けんしんスタートブックをご覧ください。スタートブックがない場合は再発行します。



寒い季節も注意!

## ノロウイルスによる食中毒対策を!

■問合せ 栃木県安足健康福祉センター ☎0284-41-5897

冬の時期はノロウイルスによる食中毒の発生件数が多く、特に注意が必要です。

■ノロウイルスによる食中毒予防のポイント

①石けんでのこまめな手洗い ▶ 帰宅時、トイレの後、調理の前などに ※「2回繰り返し」がより効果的です。

②日頃から家族みんなの健康管理 ▶ 食べ物(特に二枚貝)、家庭内感染に注意

③食品は中心部まで十分に加熱 ▶ 85~90℃で90秒以上

④調理器具の適切な消毒 ▶ 煮沸消毒や次亜塩素酸ナトリウムが効果的 ※消毒用アルコールは効果がないとされています。

※必ずマイナ保険証または資格確認書やお薬手帳・子ども医療費受給資格者証などをお持ちください。

## もしも急病になったら

▶休日・夜間緊急診療所 ※診療時間などは右表

植上町1677 ☎24-3337

▶休日歯科診療所

※マイナ保険証利用は非対応です。

大橋町2182 ☎24-7575

診療時間: 9:00~12:00

(日曜・祝休日・12/30(月)~1/3(金))

診療日	診療時間	診療科目
休日 (日・祝)	9:00~16:30 (12:00~13:30を除く)	内科・小児科・外科
	19:30~22:30	内科・小児科
平日夜間 (月~土)	19:30~22:30	内科・小児科

※1月1日(水)は10:00から診療します。

※年未年始(12/31(火)~1/3(金))は外科も夜間診療を行います。

## 健康相談ガイド【要予約】

▶健康サポートステーション 申込:健康増進課 ☎24-5770 時間:9:30~12:00

日程・会場:12月5日(木)・市民活動スペース、12月16日(月)・田沼保健センター、12月25日(水)・佐野市社会福祉協議会

▶こころの健康相談 申込:健康増進課 ☎24-5770 会場:同課(3階)

日時:12月20日(金)・26日(木)13:30~16:20(心理士)

▶精神保健福祉相談 申込:安足健康福祉センター(足利市) ☎0284-41-5895 会場:同センター

日時:月~金曜日 8:30~(保健師)、12月20日(金)13:30~(精神科医)

# 12月 相談ガイド

— 困り事があるときはご相談を —

※【予】と記載のある相談は、予約が必要です。

相 談	と き	と ころ	問合先
消費生活相談	月～金曜日 9:00～16:00 ※多重債務の相談なども受付中	消費生活センター (5階市民生活課内)	消費生活センター ☎20-3015
市民相談	月～金曜日 8:30～17:00	市民生活課(5階)	
外国人相談	月～金曜日 8:30～17:00※通訳 が必要な方は事前にご連絡ください。		
【予】弁護士無料法律相談	12月10日(火) 13:30～16:00 ※予約受付は12月2日(月) 9:00～	万葉の里城山記念館	市民生活課 ☎20-3014
	12月17日(火) 13:30～16:00 ※予約受付は12月2日(月) 9:00～	田沼中央公民館	
【予】交通事故相談・宅地建物相談	12月13日(金) 13:30～16:00 ※予約受付は土日祝日を除く3日前まで	市民生活課(5階)	交通事故相談の予約は土日祝日を除く3日前までに県民プラザ ☎028-623-2188
【予】司法書士による相続等相談	12月20日(金) 13:30～16:00 ※予約受付は12月2日(月) 9:00～		
【予】行政書士による相続等相談	12月3日(火) 13:30～16:00 ※予約受付は土日祝日を除く3日前まで	葛生地区公民館	
	行政相談		
	12月13日(金) 13:30～16:00	市民生活課(5階)	
青少年の悩みごと相談	月～金曜日 8:30～17:00	少年指導センター (3階生涯学習課内)	少年指導センター ☎20-3061
児童福祉相談	月～金曜日 8:30～17:00	こども家庭センター (2階)	こども家庭センター ☎85-7317
女性相談・ 母子父子家庭、寡婦の相談	月～金曜日 8:30～16:00		
【予】女性の再就職相談会	12月20日(金) 10:00～12:00	こどもの国	
【予】女性のためのカウンセリング相談	12月5日(木)・19日(木) 10:00～11:50 ※5日(木)は13:10～14:00も実施	男女共同参画推進センター (パレットプラザさの) ※田沼行政センター2階	人権・男女共同参画課 ☎61-1140
女性相談	12月26日(木) 9:30～16:00		
困りごと・人権相談	12月19日(木) 13:30～16:00 ※受け付けは15:00まで	市役所603会議室 (6階)	
	【特設】※受け付けは15:00まで 12月4日(水) 13:30～16:00		
隣保館定例相談 (弁護士無料法律相談)	12月24日(火) 13:30～15:30 ※受け付けは13:00～14:00	隣保館	隣保館 ☎22-7513
★その他、隣保館では教育・福祉、健康、住宅・年金・納税、就労・人権などの相談をお受けします。日程などは直接お問い合わせください。			
障がいのある方の相談 とちのみおたすけコール	平日午前8:30～17:30 ☎24-5759 上記時間以外の緊急の相談 ☎080-4073-5799 ※24時間対応		障がい者相談支援センター みどり ☎24-5759
精神に障がいのある方の 相談支援	月～金曜日 9:00～18:00	相談支援事業所さの	相談支援事業所さの ☎21-6811
【予】ひきこもり相談	12月6日(金)・17日(火) 10:00～16:00	障がい福祉課(2階)	障がい福祉課 ☎20-3025

### 人口と世帯数 (11月1日現在)

- 人口：113,167人(-34)  
男：56,348人(-10)  
女：56,819人(-24)
- 世帯：53,191戸(+71)
- 人口の動き(10月分)  
●出生：48人 ●死亡：149人  
●転入：309人 ●転出：242人

### 広報さの 配信中

スマートフォンアプリ  
「トチギーブックス」「マチイロ」



TOCHIGI BOOKS