

休日・夜間救急診療

救急診療は、急病の患者さんに対し応急的な診療を行うものです。急病ではない患者さんは、かかりつけ医師等の診療時間内に受診するなど、救急診療の正しい利用をお願いします。

「栃木地区急患センター」

【診療場所】
栃木地区急患センター(境町) ☎(22)8699

【診療時間等】
平日……………19時～22時(内科/小児を含む)
休日(日曜日)…9時～21時(内科)
9時～17時(外科)
18時～21時(小児科)

休日(祝祭日)…9時～21時(内科/小児を含む、外科)
※当番医は変更になる場合もありますので、事前に電話確認をしてお出かけください。
※受付は、診療時間終了30分前までにお済ませください

【4月の当番医師】
※4月30日は平日扱いとなります。診療している病院もありますので、詳しくは急患センターにお問合せください

1月	青木(虎)(青木医院)
2月	川島(かわしまクリニック)
3月	石川(TMC とちのき)
4月	金子(金子内科医院)
5月	河口(達)(河口医院)
6月	玉野(たまのクリニック)
7月	永谷(大島医院) 三浦(三浦整形外科)/小児(齊藤(伸)(さいとう小児科))
8月	横山(よこやま内科小児科クリニック)
9月	高田(高田クリニック)
10月	竹田(竹田内科小児科クリニック)
11月	石川(TMC とちのき)
12月	筒井(筒井医院)
13月	青木(虎)(青木医院)
14日	福地(蔵の街診療所) 大家(おおやクリニック)/木内(TMC とちのき)
15月	野崎(野崎医院)
16月	中坪(なかつぼクリニック)
17月	石川(TMC とちのき)
18月	金子(金子内科医院)
19月	腰塚(学)(ちづかクリニック)
20月	嶋崎(とちぎ診療所)
21日	金子(金子内科医院) 森川(森川内科外科クリニック)/桜井(桜井こどもクリニック)
22月	関口(弘)(関口医院)
23月	川田(かわたクリニック)
24月	秋元(秋元クリニック)
25月	石川(TMC とちのき)
26月	山田(合戦場クリニック)
27月	江口(えぐち内科クリニック)
28日	青木(虎)(青木医院) 江田(江田クリニック)/河口(修)(河口医院)
29月	栗田口(栃木中央クリニック) 長(大平ファミリークリニック)
30月	青木(虎)(青木医院) ※平日扱い

「急患センター終了後、問合せ先」

◆栃木市消防本部
月～土曜日の22:00以降 ☎(22)0119
日曜・祝日・年末年始の21:00以降 ☎(24)9999
(音声ガイダンス)

「とちぎ救急電話相談」

急な病気やけがについて、経験豊富な看護師が相談に応じます。

【子ども】
月曜日～土曜日 18:00～翌朝8:00
日曜日・祝休日 24時間(8:00～翌朝8:00)
☎028-600-0099 プッシュ回線の場合 #8000

【大人】
毎日 18:00～22:00
☎028-623-3344 プッシュ回線の場合 #7111



子どもとメディア



お子さんにスマホやテレビを長時間見せていませんか?メディア(スマホ、テレビ、インターネット等)は乳幼児の発達に様々な影響を及ぼします。

心身や言葉の発達



乳幼児期は、人との関わりや遊び体験を通して人間関係を築き、心と身体が成長します。言葉を話し始める前の赤ちゃんは「言葉の貯金」をしている時期なので「アーアー」「ウーウー」等の声にできるだけ応え、積極的にお子さんと触れ合ったり、絵本の読み聞かせ、一緒に外で遊ぶなど、メディア以外での関わりを増やせるとよいでしょう。

視力の発達



乳幼児期は視力が発達する重要な時期でもあります。スマホやテレビ画面を見る時間が長いと、視力の発達を妨げてしまうので、必要以上の使用は控えることをお勧めします。

保護者の方も気をつけて!

周囲への注意力低下

スマホやテレビに夢中になると、お子さんに対する安全への気配りが十分にできず、事故へ繋がる可能性があります。



メディアの使用は1日2時間までが目安です。

保護者とお子さんで使用時間などルールを決めて、上手に付き合ってください!

【参考:公益社団法人 日本小児科医会HP】



よい歯のコンクール参加者募集

- ◆日時 第1次審査: 5月9日(木)13時～14時30分
- ◆場所 栃木保健福祉センター(今泉町)
- ◆対象 親と子の部 平成30年度に3歳児健康診査を受け、むし歯がなく口の中が健康な幼児と親
三歳児の部 平成30年度に3歳児健康診査を受け、むし歯がなく口の中が健康な幼児
- ◆内容 問診・歯科診察・歯に関する講話
審査結果が優秀な方は、第2次審査、第3次審査あり。
- ◆定員 50人(親と子の部、三歳児の部あわせて)
- ◆費用 無料
- ◆申込 4月19日(金)までに問合せ先へ
- ◆問合せ 健康増進課 ☎(25)3512



2019(平成31)年度 子どもの予防接種

予防接種法に基づく定期接種は「受けるよう努めなければならない」とされています。市から通知書・予診票が届いたら、協力医療機関に予約をし、なるべく早めに接種しましょう。

■対象年齢になると通知発送する予防接種

- ・生後2ヶ月になる月初め…ヒブ、小児肺炎球菌(1～3回目)、B型肝炎、四種混合、BCG
- ・1歳になる月初め…麻しん風しん混合1期、水痘、小児肺炎球菌(追加)
- ・3歳になる月初め…日本脳炎1期
- ・9歳になる月初め…日本脳炎2期

■4月に通知発送する予防接種

- ・麻しん風しん混合2期 平成25年4月2日～平成26年4月1日生まれ(年長児)
- ・二種混合(DT) 平成19年4月2日～平成20年4月1日生まれ(小学6年生)
- ・日本脳炎特例対象者 平成13年4月2日～平成14年4月1日生まれ(高校3年生)

- ◆接種場所 市内協力医療機関(市外で接種する場合は問合せ先へ)
- ◆費用 無料
- ◆持ち物 母子健康手帳、記入した予診票
- ◆問合せ 健康増進課 ☎(25)3511

■とち介の予防接種ナビ

予防接種スケジュールの管理に「とち介の予防接種ナビ」使ってみませんか?生年月日、接種歴等から自動でスケジュールを作成し、接種日が近づくとメールでお知らせ。感染症状況の提供や市からの重要なお知らせの配信も行っています。登録は無料ですので、ぜひご利用ください。

<http://tochigi.city-hc.jp/>



乳幼児健診等のご案内

■お子さんの健診会場が変わります 4月より、都賀・西方地域にお住まいのお子さんの健診会場が、栃木保健福祉センター(今泉町2丁目)となります。ご理解とご協力をお願いします。

◆問合せ 健康増進課 ☎(25)3512

乳幼児健診				
※個別通知で案内した時間にお越しください。				
内容				
月	日	曜日	地域(会場)	
4か月児健診				
4月	19	金	栃木(栃木保健福祉センター)	
	25	木	大平(大平ゆうゆうプラザ)	
9か月児健診				
	9	火	栃木(栃木保健福祉センター)	
4月	22	月	栃木(栃木保健福祉センター)	
	24	水	大平(大平ゆうゆうプラザ)	
1歳6か月児健診				
	4	木	大平(大平ゆうゆうプラザ)	
4月	16	火	栃木(栃木保健福祉センター)	
	26	金	栃木(栃木保健福祉センター)	
3歳児健診				
4月	5	金	大平(大平ゆうゆうプラザ)	
	15	月	栃木(栃木保健福祉センター)	
2歳児歯科健診				
4月	11	木	大平(大平ゆうゆうプラザ)	
	17	水	栃木(栃木保健福祉センター)	

「とちぎ医療情報ネット」

県内の病院・診療所・歯科診療所・薬局等の情報を提供するためのシステムです。

○ホームページ
「とちぎ医療情報ネット」で検索

両親教室

※事前に問合せ先へ電話にて申し込みください。

内容	会場/日程	
	栃木保健福祉センター	大平ゆうゆうプラザ
育児体験・妊娠中の栄養	5月13日(月)	6月21日(金)
妊娠中の過ごし方と口腔ケア	6月6日(木)	7月18日(木)
妊婦体験・赤ちゃんのお風呂	5月18日(土)	6月13日(木)

子育て相談(乳幼児)(受付:10:00～10:45)

※希望者どなたでもご利用できます(申込み不要)

内容	日程	会場
身体計測、育児・栄養・お口の相談、ふれあい遊び、交流	4月10日(水)	栃木保健福祉センター

母乳相談(1歳未満児)

※事前に問合せ先へ電話にて申し込みください。

内容	日程	会場
助産師による母乳相談	4月18日(木)	栃木保健福祉センター

こころの健康相談

保健師、カウンセラーが相談に応じます。
※予約制です。事前に問合せ先までご連絡ください。

月	日	曜日	会場	相談時間
4	18	木	栃木保健福祉センター	①13:30～ ②14:30～
	23	火	大平ゆうゆうプラザ	③15:30～

健康相談・栄養相談・禁煙相談

健康づくりや生活習慣の見直し、禁煙などについて保健師や栄養士が相談をお受けします。
※予約制です。事前に問合せ先までご連絡ください。

《問合せ》 健康増進課 ☎(25)3511・(25)3512
各総合支所 市民生活課窓口