

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。

6月の当番医師

1	土	箕輪(箕輪内科)
2	日	中村(昭)(なかむら耳鼻咽喉科クリニック) 山田(合戦場クリニック)/齊藤(伸)(さいとう小児科)
3	月	青木(虎)(青木医院)
4	火	橋本(安)(橋本医院)
5	水	石川(TMC とちのき)
6	木	金子(金子内科医院)
7	金	山門(山門クリニック)
8	土	玉野(たまのクリニック)
9	日	轡田(こひらメディカルクリニック) 芳賀(芳賀耳鼻咽喉科医院)/木内(TMC とちのき)
10	月	中元(中元内科医院)
11	火	金田(金田医院)
12	水	河口(達)(河口医院)
13	木	石川(TMC とちのき)
14	金	藤沼(仁)(大平下病院)
15	土	青木(虎)(青木医院)
16	日	金子(金子内科医院) 林(のぞみ整形外科)/桜井(桜井こどもクリニック)
17	月	川島(かわしまクリニック)
18	火	横山(よこやま内科小児科クリニック)
19	水	石川(TMC とちのき)
20	木	金子(金子内科医院)
21	金	筒井(筒井医院)
22	土	嶋崎(とちぎ診療所)
23	日	青木(虎)(青木医院) 渡辺(わたなべ内科循環器科クリニック)/河口(修)(河口医院)
24	月	腰塚(学)(ちづかクリニック)
25	火	野崎(野崎医院)
26	水	竹田(竹田内科小児科クリニック)
27	木	石川(TMC とちのき)
28	金	関口(弘)(関口医院)
29	土	中坪(なかつぼクリニック)
30	日	腰塚(康)(腰塚医院) 鈴木(紀)(すずきクリニック)/齊藤(伸)(さいとう小児科)

急患センター終了後、問合先

栃木市消防本部
月~土曜日の22時以降 ☎(22)0119
日曜・祝日・年末年始の21時以降 ☎(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時~翌朝8時
日曜日・祝休日 24時間(8時~翌朝8時)
☎028-600-0099 プッシュ回線の場合 # 8000

大人

月曜日~金曜日 18時~22時
土曜日・日曜日・祝休日 16時~22時
☎028-623-3344 プッシュ回線の場合 # 7111

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



子どものフッ化物塗布

大人になっても健康な歯を保つためには、乳幼児期からの予防習慣が大切です。毎日の歯みがきに加えて、むし歯を予防する方法も取り入れていきましょう。今回は、フッ化物についてご紹介します。



※フッ化物は身近にある成分※

フッ素は、魚介類や野菜、肉、牛乳、塩、お茶の葉っぱなどたくさんの食品に含まれています。ミネラル成分の一つで安心して取り入れることができます。

※酸の産生を抑制※

歯垢(プラーク)が作るむし歯の原因菌の働きを弱め、酸の産生を抑えます。

※再石灰化の促進※

歯からとけ出したカルシウムやリンの再石灰化を促進させます。

※歯質の強化※

歯の表面を酸にとけにくい性質に修復します。フッ化物のジェルを使い、歯質の強化に努めましょう。

かかりつけ歯科医をもちブラッシング指導を受け定期的にフッ化物を塗布してもらいましょう。



※6月4日~10日は『歯と口の健康週間』※ 無料フッ化物塗布

日時 6月9日(日) 9:00~10:45 場所 栃木市総合体育館 対象 小学1年生・年長児
フッ化物塗布の他に歯科相談やミニ講話、歯磨き指導、お口のおもしろ検査も実施します。フッ化物を塗布し、むし歯を予防しましょう。
申込・問合先 健康増進課 ☎(25)3512

■特定健康診査・後期高齢者医療健康診査のご案内

自分自身の健康を守るため年1回は必ず健診を受けましょう。お手元に届いた「けんしんパスポート」の中に、特定健康診査(国民健康保険加入者)・健康診査(後期高齢者医療制度加入者)の受診券が綴じられています。

特定健康診査(40歳以上75歳未満の国民健康保険加入者対象) 生活習慣病の前段階であるメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を発見するための検査です。該当者及び予備群となる方を早期に発見し、対象者の方へ生活習慣改善のための指導(特定保健指導)を行います。

後期高齢者医療健康診査(後期高齢者医療制度加入者対象) 後期高齢者の健康の保持・増進のために生活習慣病や予備群を早期に発見し、早期治療や予防につなげることを目的としています。

※申し込み方法など、詳細は「けんしんガイドブック」をご覧ください。受診の際は受診券が必要になりますので、有効期限を確認のうえ、大切に保管してください。受付の際には、必ず受診券と被保険者証を掲示してください。

※集団健診または個別健診のいずれかを年に1回受診できます。市の補助を使った人間ドック(一般ドック・脳ドック・宿泊ドック)との併用はできません。複数受診されますと、費用を返還していただきますのでご注意ください。

問 健診に関すること 健康増進課 ☎(25)3511

受診券に関すること 保険医療課 特定健康診査: ☎(21)2131 後期高齢者医療健康診査: ☎(21)2137

乳幼児健診等のご案内

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
4か月児健診			
6月	11	火	栃木(栃木保健福祉センター)
	27	木	大平(大平ゆうゆうプラザ)
9か月児健診			
6月	12	水	栃木(栃木保健福祉センター)
	21	金	栃木(栃木保健福祉センター)
	28	金	大平(大平ゆうゆうプラザ)
1歳6か月児健診			
6月	6	木	大平(大平ゆうゆうプラザ)
	18	火	栃木(栃木保健福祉センター)
3歳児健診			
6月	3	月	栃木(栃木保健福祉センター)
	5	水	大平(大平ゆうゆうプラザ)
	17	月	栃木(栃木保健福祉センター)
	20	木	大平(大平ゆうゆうプラザ)
2歳児歯科健診			
6月	4	火	栃木(栃木保健福祉センター)
	7	金	大平(大平ゆうゆうプラザ)
	19	水	栃木(栃木保健福祉センター)

両親教室		
※事前に問合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
育児体験・妊娠中の栄養	8月8日(木)	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	7月19日(金)	6月13日(木)

子育て相談(乳幼児)(受付:10時~10時45分)		
※希望者どなたでもご利用できます(申し込み不要)		
内容	会場/日程	
	身体計測 育児・栄養・お口の相談 ふれあい遊び、交流	6月10日(月)
	6月14日(金)	栃木保健福祉センター

母乳相談(1歳未満児)		
※事前に問合先へ電話にて申し込みください。		
助産師による母乳相談	6月20日(木)	栃木保健福祉センター

成人健診等のご案内

6・7月の集団検診日程 ~集団検診の予約受付は5月23日(木)からです~											
月	日	曜日	会場	対象	月	日	曜日	会場	対象		
6	11	火	栃木保健福祉センター	男女	7	1	月	都賀保健センター	男女		
	12	水	大平ゆうゆうプラザ	男女		5	金	栃木保健福祉センター ※	男女		
	14	金	岩舟遊楽々館	男女		6	土	栃木保健福祉センター	女		
	15	土	栃木保健福祉センター	男女		10	水	大平ゆうゆうプラザ	女		
	18	火	藤岡保健福祉センター	男女		16	火	藤岡保健福祉センター	男女		
	19	水	藤岡保健福祉センター	女		17	水	西方総合文化体育館	男女		
	21	金	栃木保健福祉センター	女		18	木	栃木保健福祉センター	男女		
	24	月	岩舟遊楽々館	男女		21	日	岩舟遊楽々館	男女		
	25	火	都賀保健センター	男女		23	火	栃木保健福祉センター	女		
	26	水	大平ゆうゆうプラザ	男女		25	木	長寿園	男女		
	27	木	栃木保健福祉センター ※	男女		27	土	栃木保健福祉センター	男女		
28	金	栃木保健福祉センター	女	28	日	大平ゆうゆうプラザ	男女				
29	土	大平ゆうゆうプラザ	男女	31	水	静和地区公民館	男女				

受付時間 7:30~10:30 ※6/27、7/5は、午後にも胃がんを抜かした全ての検診を実施します。(受付時間 13:30~14:30)

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。事前に問合先までご連絡ください。				
月	日	曜日	会場	相談時間
6	14	金	栃木保健福祉センター	①13時30分~ ②14時30分~
	19	水	大平ゆうゆうプラザ	③15時30分~

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受けます。
※予約制です。事前に問合先までご連絡ください。

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