

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)

休日(日曜日) 内科:9時~21時

外科:9時~17時

小児科:18時~21時

休日(祝祭日) 内科・外科:9時~21時

※必ず、受診前に電話確認をお願いします。

当番医は変更になる場合もあります。

症状によっては、急患センターでの対応が困難な場合があります。

※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

Table with 2 columns: Day (1-30) and Doctor/Location (e.g., 黒木(知), 石川(TMC), etc.)

急患センター終了後、問合せ

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



虫歯を予防しましょう!



6月4日~10日の一週間は「歯と口の健康週間」です。この機会に自分のお口の中を観察して気になることがあったら早めにかかりつけの歯医者さんに行きましょう。

むし歯をつくる要因と予防のポイント

むし歯は、むし歯菌・歯の質・糖分の要因が重なった状態で時間が経過すると発生しやすくなります。これらを上手にコントロールしてむし歯を予防しましょう。



むし歯菌の除去

毎日の歯みがきで歯垢(プラーク)をしっかり除去することが大切です。就寝中は唾液が減り細菌が増えるので、寝る前には丁寧に歯をみがきましょう。



歯の質

強い歯づくり

フッ化物配合の歯みがき剤を使用したり、年に数回、歯科医院でフッ化物を塗布することでむし歯予防の効果があります。



糖分

上手なおやつとり方

食べ物や飲み物をダラダラととっているとむし歯になる危険が高まります。量や時間を決めて、規則正しくとるようにしましょう。

令和3年度けんしんパスポート・けんしんガイドブックが届いたら

令和3年度の検診の案内を、世帯主宛てに水色の封筒でお届けします。封筒には、20歳以上の方一人冊ずつの「けんしんパスポート」と、世帯に一冊の「けんしんガイドブック」がまとめて入っています。



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。該当者および予備群となる方を早期に発見し、対象の方に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。

※受診期間は、令和4年2月28日までです。

問合せ 健診に関すること 健康増進課 ☎(25)3511

受診券に関すること 保険年金課 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・成人健診等のご案内

問合せ 健康増進課 ★は☎(25)3505 ♥は☎(25)3511

新型コロナウイルス感染拡大の影響により、健診や教室等が中止や変更となる場合は、市ホームページや、個別の連絡にてお知らせします。

Table with columns: Month, Day, Day of Week, Location, and Age Group (e.g., 4ヶ月児健診, 9ヶ月児健診, etc.)

Table with columns: Content, Date, and Venue (e.g., 実習(お風呂の入れ方, etc.)

Table with columns: Content, Date, and Venue (e.g., 育児相談(乳幼児), etc.)

Table with columns: Content, Date, and Venue (e.g., 母乳相談(1歳未満児), etc.)

Table with columns: Date, Day of Week, Venue, and Consultation Time (e.g., 保健師、カウンセラーが相談に応じます, etc.)

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。事前に問合せ先までご連絡ください。

6・7月の集団検診日程 ~集団検診のご予約は5月25日(火)からです~

Table with columns: Month, Day, Day of Week, Venue, and Target Audience (e.g., 10日 木 栃木保健福祉センター, etc.)

受付時間:7時30分~10時30分

※1 6/22は受付時間:9時~11時

※2 6/24、7/2は、午後も検診を実施します。(胃がん検診は除く) 受付時間:13時30分~15時

