

休日・夜間救急診療

◀栃木地区急患センター1月の当番医師▶

境町 ☎(22) 8699

【診療時間等】

平日19時～22時(内科/小児を含む)
 休日 9時～21時(内科/小児を含む)(外科)
 ※変更になる場合もありますので、事前に電話確認をしてからお出かけください。
 ※急患センターは、急病の患者さんに対し応急的な診療を行う施設です。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、急患センターの正しい利用をお願いします。

1	木	内：筒井(筒井医院) 外：長(大平ファミリークリニック)
2	金	内：大門(康)(大門内科医院) 外：川島(かわしまクリニック)
3	土	内：土谷(土谷医院) 外：島田(均)(しまだクリニック)
4	日	内：箕輪(箕輪内科) 外：林(のぞみ整形外科)
5	月	山門(山門クリニック)
6	火	成田(成田内科)
7	水	中元(中元内科医院)
8	木	藤沼(仁)(大平下病院)
9	金	青木(章)(静和医院)
10	土	青木(虎)(青木医院)
11	日	内：田村(田村医院) 外：森川(森川内科外科クリニック)
12	月	内：斉藤(伸)(さいとう小児科) 外：三浦(三浦整形外科)
13	火	金田(金田医院)
14	水	恵川(与倉ペインクリニック)
15	木	河口(河口医院)
16	金	大山(大山整形外科)
17	土	土谷(土谷医院)
18	日	内：中元(中元内科医院) 外：中野(誠)(中野病院)
19	月	青木(虎)(青木医院)
20	火	桜井(桜井こどもクリニック)
21	水	横山(よこやま内科小児科クリニック)
22	木	川島(かわしまクリニック)
23	金	橋本(安)(橋本医院)
24	土	箕輪(箕輪内科)
25	日	内：成田(成田内科) 外：青木(虎)(青木医院)
26	月	筒井(筒井医院)
27	火	斉藤(伸)(さいとう小児科)
28	水	竹田(竹田内科医院)
29	木	野崎(野崎医院)
30	金	亀田(亀田整形外科医院)
31	土	玉野(たまのクリニック)

◀急患センター終了後、問合先▶

◆栃木市消防本部
 月～土曜日の22:00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)

◀小児救急診療(0歳から中学生)▶

◆とちの木病院(大町) ☎(22)7722
 日曜日 19:00～21:00
 ※市内の小児科開業医が中心となり実施しています。
 ◆下都賀総合病院(富士見町) ☎(22)2551
 木・金曜日 17:00～22:00(要電話確認)
 【年末年始の診療案内】
 ・1月1日(木)は日中のみ診療を行います。
 (受付時間：8:30～16:00)
 ・1月2日(金)は休診。

◀とちぎ子ども救急電話相談▶

お子さんの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。
 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

◀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」と検索するか、アドレスバーに下記のURLを入力。
<http://www.qq.pref.tochigi.lg.jp/>
 ○モバイル版
<http://www.qq.pref.tochigi.lg.jp/kt/>



見逃さないで!脳卒中初期症状

何か変・・・もしかして脳卒中!?ととりあえず様子みて・・・はダメです。
 脳卒中の治療の遅れは命にかかわります。しかし、治療開始が早ければ後遺症が残る可能性が低くなります。脳梗塞を発症して3時間半以内に病院に到着すれば、**血栓溶解剤(t-PA)**治療を受けることができますので、脳卒中かな?と思ったら、すぐに救急車を呼びましょう。



突然おこる脳卒中初期症状

～チェック!FAST(ふあすと)!!～

- ◇顔の片側が下がる、ゆがみがある<Face>
 - ◇片腕に力が入らない<Arm>
 - ◇ことばが出てこない、ろれつがまわらない<Speech>
 - ◇症状に気づいたら発症時刻を確認してすぐに119番を!<Time>
- 他に、立てない、フラフラする、激しい頭痛、片目が見えにくい 等

脳卒中の最大の原因は動脈硬化です。望ましい生活習慣と適度な運動で予防することができます。そして、年1回の健康診査で健康管理を!!



～健康のために 年に1回健康診断を受けましょう～

2月の健康相談・栄養相談

※予約制です。事前に問合先まで連絡ください。

日	曜日	会場	受付時間
5	木	大平ゆうゆうプラザ	13:30～16:30
10	火	藤岡保健福祉センター	13:30～16:30
19	木	西方保健センター	9:00～11:30
23	月	栃木保健福祉センター	9:00～11:30
25	水	岩舟遊楽々館	9:30～11:00
26	木	都賀保健センター	13:30～16:30

2月のこころの健康相談

※予約制です。事前に問合先まで連絡ください。

カウンセラーが相談に応じます。

日	曜日	会場	受付時間
24	火	栃木保健福祉センター	13:30～16:30

1月の乳幼児健診

※個別通知にて案内した時間にお越しください。

日	曜日	地域(会場)
4か月児健診		
7	水	栃木(栃木保健福祉センター)
14	水	都賀(都賀保健センター)
20	火	栃木(栃木保健福祉センター)
22	木	藤岡(藤岡保健福祉センター)
22	木	岩舟(岩舟遊楽々館)
27	火	大平(大平ゆうゆうプラザ)
27	火	西方(西方保健センター)
9か月児健診		
14	水	都賀(都賀保健センター)
21	水	栃木(栃木保健福祉センター)
22	木	藤岡(藤岡保健福祉センター)
22	木	岩舟(岩舟遊楽々館)
27	火	西方(西方保健センター)
28	水	大平(大平ゆうゆうプラザ)
1歳6か月児健診		
6	火	大平(大平ゆうゆうプラザ)
8	木	栃木(栃木保健福祉センター)
8	木	藤岡(藤岡保健福祉センター)
16	金	岩舟(岩舟遊楽々館)

3歳児健診

7	水	大平(大平ゆうゆうプラザ)
15	木	栃木(栃木保健福祉センター)
19	月	都賀(都賀保健センター)
23	金	西方(西方保健センター)
28	水	栃木(栃木保健福祉センター)
2歳児歯科健診		
27	火	栃木(栃木保健福祉センター)

成人健診等のご案内

1月の集団検診日程

日	曜日	会場	対象	受診項目	
				A	B
7	水	栃木保健福祉センター[新規]	女	○	×
8	木	大平ゆうゆうプラザ	男女	○	○
9	金	大平ゆうゆうプラザ	男女	○	○
10	土	栃木保健福祉センター	女	○	×
14	水	栃木保健福祉センター	男女	○	○
19	月	岩舟遊楽々館	女	○	×
21	水	栃木保健福祉センター	男女	○	○
28	水	栃木保健福祉センター[新規]	男女	○	○

※7日と28日に日程を追加いたしました。
 検診日当日の受付時間は、8:30～10:30です。

乳幼児健診等のご案内

1月の子育てサロン	日	曜日	地域(会場)
	5	月	栃木(栃木保健福祉センター)
	14	水	大平(大平ゆうゆうプラザ)
	14	水	岩舟(岩舟遊楽々館)
	19	月	藤岡(藤岡保健福祉センター)
	21	水	西方(西方保健センター)
	26	月	都賀(都賀保健センター)

すくすく教室

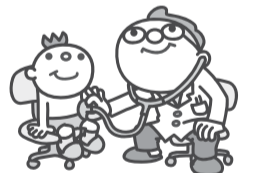
※事前に問合先まで連絡ください。

会場		内容	
月	日	曜日	内容
栃木保健福祉センター			
1	23	金	ふれあい遊び・絵本の読み聞かせ
大平ゆうゆうプラザ			
1	21	水	離乳食教室・子育て相談
藤岡保健福祉センター			
1	9	金	離乳食実習
2	24	火	ベビータッチケア
西方保健センター			
1	14	水	子育てのお話

両親教室

※事前に問合先まで連絡ください。

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
①妊娠中の生活・仲間づくり	終了	1月23日(金)
②育児について・妊娠中の栄養	終了	2月10日(火)
③妊婦体験・赤ちゃんのお風呂	1月17日(土)	3月14日(土)



問合先

- 本庁健康増進課 ☎(25)3511
 ☎(25)3512
 大平健康福祉課 ☎(45)1788
 藤岡健康福祉課 ☎(62)0904
 都賀健康福祉課 ☎(29)1103
 西方健康福祉課 ☎(92)0311
 岩舟健康福祉課 ☎(55)7781