

休日・夜間救急診療

《栃木地区急患センター 2 月の当番医》

境町 (医師会病院隣) ☎ 22-8699

【診療時間等】

平日 19:00 ~ 22:00 (内科 / 小児を含む)
休日 9:00 ~ 21:00 (内科 / 小児を含む) (外科)
※事前に☎確認してお出かけください。



歯周病を予防しよう!

～歯周病は全身の健康と深い関係にあります!～

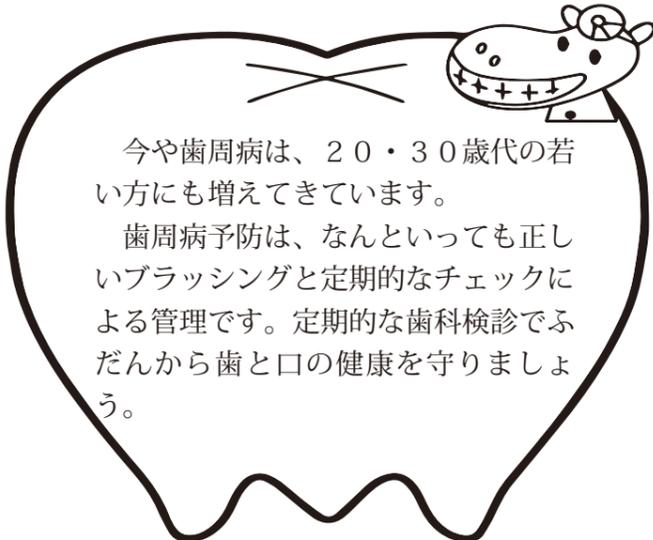


40 歳以降に歯を失う原因の第 1 位は「歯周病」です。

歯周病は、歯についての歯垢 (プラーク) 中の細菌 (歯周病菌) が出す毒素によって、歯ぐきに炎症を起こす状態をいいます。歯ぐきの腫れや出血がおこり、放っておくと、歯を支えている骨 (歯槽骨) まで破壊され歯が抜け落ちてしまいます。

歯周病は、口の中だけにとどまらず、歯周病菌が歯ぐきの毛細血管を通して全身をめぐる、さまざまな病気を発症したり悪化させます。

最近では、歯周病菌が動脈硬化を起こし、脳梗塞や心筋梗塞など命にかかわる病気の引き金になったり、糖尿病を悪化させたりすることが分かってきました。



今や歯周病は、20・30 歳代の若い方にも増えてきています。

歯周病予防は、なんといっても正しいブラッシングと定期的なチェックによる管理です。定期的な歯科検診で دندانから歯と口の健康を守りましょう。

＜歯周疾患検診を受けましょう＞

市では「今年度 30 歳、40 歳、50 歳、60 歳、70 歳になる方」を対象に歯周疾患検診を行っています。対象者の方には、すでに受診券を送付しておりますので、3 月 31 日までに市内協力歯科医院に予約して受診しましょう。



【がん検診無料クーポン券対象の方へ】
クーポン券の有効期限は、平成 25 年 2 月 28 日 (木) です。
子宮頸がん検診および乳がん検診は、指定医療機関での個別検診でも利用いただけます。

3 月のこのころの健康相談

カウンセラーが相談に応じます。
予約制です。問合先まで連絡ください。

日	曜日	場所	受付時間
14	木	ゆうゆうプラザ	13:30 ~ 16:30
21	木	栃木保健福祉センター	

乳幼児健診等のご案内

子育てサロン (2 月)	日	曜日	場所
	4	月	栃木 (栃木保健福祉センター)
	4	月	大平 (ゆうゆうプラザ)
	18	月	藤岡 (藤岡保健福祉センター)
	26	火	都賀 (都賀保健センター)



問合先

本庁健康増進課
大平総合支所健康福祉課 ☎ 25-25
藤岡総合支所健康福祉課 ☎ 45-45
都賀総合支所健康福祉課 ☎ 62-62
西方総合支所健康福祉課 ☎ 92-92

0 1 0 1 3 3
3 1 9 7 5 5
1 0 0 8 1 1
1 3 4 8 2 1

すくすく教室

事前に問合先まで連絡ください。

場所	月	日	曜日	内容
栃木保健福祉センター	2	1	金	ふれあい遊び・子育てアドバイス
	3	9	土	絵本読み聞かせ・ストレッチ
	2	13	水	離乳食教室・子育て相談
藤岡保健福祉センター	2	20	水	ベビータッチケア
	3	8	金	離乳食実習
都賀保健センター	2	19	火	離乳食のお話・ベビータッチケア

両親教室

事前に問合先まで連絡ください。

内容	場所 / 日程	
	栃木保健福祉センター	ゆうゆうプラザ
①妊娠中の生活・仲間づくり	2 月 15 日 (金)	終了
②育児について・栄養指導	2 月 22 日 (金)	終了
③妊婦体験・沐浴指導	3 月 9 日 (土)	2 月 16 日 (土)

3 月の健康相談・栄養相談

予約制です。問合先まで連絡ください。

日	曜日	場所	受付時間
5	火	藤岡保健福祉センター	13:30 ~ 16:30
8	金	ゆうゆうプラザ	13:30 ~ 16:30
15	金	栃木保健福祉センター	9:00 ~ 11:30
19	火	都賀保健センター	13:30 ~ 16:30
21	木	西方保健センター	9:00 ~ 11:30

2 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 (場所)
4 か月児健診		
18	月	大平 (ゆうゆうプラザ)
20	水	栃木 (栃木保健福祉センター)
20	水	都賀 (都賀保健センター)
26	火	西方 (西方保健センター)
28	木	藤岡 (藤岡保健福祉センター)

日	曜日	地域 (場所)
9 か月児健診		
8	金	栃木 (栃木保健福祉センター)
14	木	栃木 (栃木保健福祉センター)
19	火	大平 (ゆうゆうプラザ)
20	水	都賀 (都賀保健センター)
26	火	西方 (西方保健センター)
28	木	藤岡 (藤岡保健福祉センター)

日	曜日	地域 (場所)
1 歳 6 か月児健診		
5	火	大平 (ゆうゆうプラザ)
13	水	栃木 (栃木保健福祉センター)
26	火	栃木 (栃木保健福祉センター)

日	曜日	地域 (場所)
3 歳児健診		
6	水	大平 (ゆうゆうプラザ)
7	木	栃木 (栃木保健福祉センター)
13	水	藤岡 (藤岡保健福祉センター)
21	木	栃木 (栃木保健福祉センター)

日	曜日	地域 (場所)
2 歳児歯科健診		
5	火	栃木 (栃木保健福祉センター)
8	金	藤岡 (藤岡保健福祉センター)
8	金	西方 (西方保健センター)
15	金	都賀 (都賀保健センター)
20	水	大平 (ゆうゆうプラザ)

《西方地域》

☆鹿沼地区休日・夜間急患診療所

鹿沼市坂田山 (鹿沼市民文化センター内)
☎ 0289-65-2101

- ・休日昼間 / 日曜日・祝日・年末年始
10:00 ~ 16:30 (内科・小児科・歯科)
- ・夜間 / 日曜日・祝日・年末年始
平日 (月、水、金曜日)
19:00 ~ 21:30 (内科・小児科)

外科系在宅当番医 (9:00 ~ 17:00)		
2 月	医療機関名	電話番号
3 (日)	上都賀総合病院	0289-64-2161
10 (日)	御殿山病院	0289-64-2131
11 (月)	宮司外科胃腸科	0289-62-6222
17 (日)	荒木医院	0289-64-2775
24 (日)	西方病院	0282-92-2323

《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)

《とちぎ子ども救急電話番号》

毎日 19:00 ~ 23:00 ☎ 028-600-0099
プッシュ回線の場合 #8000