

★ 6月の乳幼児健診		
※個別通知で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		
1	水	栃木(栃木保健福祉センター)
8	水	大平(大平ゆうゆうプラザ)
22	水	栃木(栃木保健福祉センター)
9か月児健診		
10	金	栃木(栃木保健福祉センター)
16	木	大平(大平ゆうゆうプラザ)
28	火	栃木(栃木保健福祉センター)
1歳6か月児健診		
13	月	栃木(栃木保健福祉センター)
24	金	大平(大平ゆうゆうプラザ)
27	月	栃木(栃木保健福祉センター)
3歳児健診		
2	木	栃木(栃木保健福祉センター)
14	火	栃木(栃木保健福祉センター)
23	木	大平(大平ゆうゆうプラザ)
2歳児歯科健診		
8	水	栃木(栃木保健福祉センター)
15	水	大平(大平ゆうゆうプラザ)
29	水	栃木(栃木保健福祉センター)

★ Hello 赤ちゃん教室(妊婦さんと家族向け)		
※事前に問合先へ電話にて申し込みください。会場：栃木保健福祉センター		
実習(お風呂の入れ方、お着換え、おむつ交換、抱っこの仕方)	6月 3日(金)	6月 24日(金)
	7月 4日(月)	7月 20日(水)
	8月 26日(金)	

★ 子育て相談(乳幼児)		
※事前に問合先へ電話にて申し込みください。		
育児相談、離乳食・幼児食相談、 歯科相談、身体計測、親子あそび	6月 7日(火)	子育て支援センターおひら
	7月 21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。事前に問合先までご連絡ください。				
月	日	曜日	会場	相談時間
6	10	金	栃木保健福祉センター	① 13時30分～ ② 14時30分～ ③ 15時30分～
	21	火	大平ゆうゆうプラザ	

♥ 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受けます。※予約制です。事前に問合先までご連絡ください。	

※感染症の影響により、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。

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(境町) ☎(22)8699	
診療時間等	平日 内科 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(右表)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。	

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	☎028-600-0099 プッシュ回線の場合 #8000 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)
大人	☎028-623-3344 プッシュ回線の場合 #7111 月曜日～金曜日 18時～22時 土曜日・日曜日・祝休日 16時～22時

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。	
ホームページ「とちぎ医療情報ネット」で検索	



6月の当番医師(栃木地区急患センター)	
1	水 石川(TMCとちのき)
2	木 金子(金子内科医院)
3	金 獨協医科大学病院医師
4	土 青木(虎)(青木医院)
5	日 黒木(知)(TMCしもつが) 石川(TMCとちのき)/小児:獨協医大医師
6	月 島田(均)(しまだクリニック)
7	火 獨協医科大学病院医師
8	水 中村(昭)(なかむら耳鼻咽喉科クリニック)
9	木 金子(金子内科医院)
10	金 小林(こばやしクリニック)
11	土 鈴木(紀)(すずきクリニック)
12	日 獨協医科大学病院医師 大家(おおくりクリニック)/小児:獨協医大医師
13	月 青木(虎)(青木医院)
14	火 黒木(茂)(くろき内科クリニック)
15	水 石川(TMCとちのき)
16	木 金子(金子内科医院)
17	金 獨協医科大学病院医師
18	土 嶋崎(とちぎ診療所)
19	日 金子(金子内科医院) 三浦(三浦整形外科)/小児:桜井(桜井こどもクリニック)
20	月 永谷(大島医院)
21	火 獨協医科大学病院医師
22	水 石川(TMCとちのき)
23	木 中村(洋)(都賀中央医院)
24	金 獨協医科大学病院医師
25	土 粟田口(栃木中央クリニック)
26	日 青木(虎)(青木医院) 山田(合戦場クリニック)/小児:獨協医大医師
27	月 天海(天海内科)
28	火 中元(明裕)(中元内科医院)
29	水 石川(TMCとちのき)
30	木 金子(金子内科医院)



妊婦さんの歯科健康診査は産前と産後の2回受けられます

妊娠中はホルモンバランスの変化などで、むし歯や歯周病になりやすくなります。安定期に入ったら歯科健康診査を受けて、出産に備えましょう。また、産後は赤ちゃんのお世話で忙しく、お口のお手入れがおろそかになりがちです。歯科健康診査を受けて、歯と口の健康に役立ててください。

妊産婦歯科健康診査とは

- ・妊産婦歯科健康診査受診券(母子手帳と一緒に配布しています)を使用し、市内の委託歯科医院で受けられます。委託歯科医院は市のホームページで確認できます。(電話予約し母子手帳もご持参ください)
- ・受診券の有効期限は、交付時から産後1年未満です。無料で産前・産後の2回受診できます。
- ・健診では、むし歯や歯周病等の有無が確認できます。

生まれてくる赤ちゃんのために

- ★赤ちゃんの歯は、妊娠7週頃から作られ始めます。妊娠中からバランスの良い食事を心がけることが大切です。
- ★歯周病にかかると早産や低体重出産の可能性が高まります。
- ★生まれたばかりの赤ちゃんのお口の中にはむし歯菌がいません。周りの大人から唾液を介して感染します。家族全員がお口の健康を維持しましょう。



☎健康増進課 子育て世代包括支援センター係 ☎(25)3505

■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「令和4年度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ので、ぜひ受診してください。受診期間は、令和5年2月28日までです。

【特定健康診査】	【後期高齢者医療健康診査】
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。
対象 40歳以上75歳未満の方(国民健康保険加入者)	対象 後期高齢者医療制度加入者

※「令和4年度けんしんガイドブック」で詳細を確認のうえ、お申し込みください。
※受診の際は受診券が必要になります。有効期限を確認し、大切に保管してください。
また、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。

☎健診に関すること：健康増進課 ☎(25)3511
受診券に関すること：①特定健康診査 保険年金課国保係 ☎(21)2131 ②後期高齢者医療健康診査 保険年金課医療給付係 ☎(21)2137

集団検診(受診には予約が必須です) 健康増進課 ☎(25)3511

6・7月の集団検診日程 ~集団検診のご予約は5月25日(水)からです~									
月	日	曜日	会場	対象	月	日	曜日	会場	対象
6	9	木	栃木保健福祉センター	男女	7	1	金	栃木保健福祉センター ※2	男女
	10	金	大平ゆうゆうプラザ	男女		2	土	大平ゆうゆうプラザ	男女
	14	火	CITY GYM&SPA 遊楽々館	男女		5	火	栃木保健福祉センター	女
	15	水	藤岡保健福祉センター	男女		8	金	CITY GYM&SPA 遊楽々館	女
	17	金	栃木保健福祉センター	女		10	日	栃木保健福祉センター	男女
	20	月	栃木保健福祉センター	男女		14	木	藤岡保健福祉センター	男女
	21	火	都賀公民館 ※1	男女		15	金	大平ゆうゆうプラザ	男女
	22	水	大平ゆうゆうプラザ	男女		16	土	北部ゆったり〜な	男女
	23	木	栃木保健福祉センター	男女		19	火	栃木保健福祉センター	女
	24	金	藤岡保健福祉センター	女		23	土	栃木保健福祉センター	男女
6	25	土	栃木保健福祉センター	男女	24	日	大平ゆうゆうプラザ	女	
	27	月	北部ゆったり〜な	男女	25	月	CITY GYM&SPA 遊楽々館	男女	
	29	水	大平ゆうゆうプラザ	女	27	水	栃木保健福祉センター	男女	
					29	金	栃木保健福祉センター	男女	
					31	日	栃木保健福祉センター	男	

受付時間：7時30分～10時30分
※1 6/21は受付時間：8時30分～11時
※2 7/1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