

乳幼児健診・Hello赤ちゃん教室・子育て相談・健康相談

健康増進課 ★は☎(25)3505
♥は☎(25)3511

★ 8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		
4	木	栃木(栃木保健福祉センター)
23	火	栃木(栃木保健福祉センター)
26	金	大平(大平ゆうゆうプラザ)
9か月児健診		
5	金	栃木(栃木保健福祉センター)
18	木	大平(大平ゆうゆうプラザ)
1歳6か月児健診		
3	水	栃木(栃木保健福祉センター)
19	金	大平(大平ゆうゆうプラザ)
24	水	栃木(栃木保健福祉センター)
3歳児健診		
2	火	栃木(栃木保健福祉センター)
22	月	栃木(栃木保健福祉センター)
25	木	大平(大平ゆうゆうプラザ)
2歳児歯科健診		
10	水	大平(大平ゆうゆうプラザ)
17	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			
	8月26日(金)		
実習(お風呂の入れ方、お着換え、おむつ交換、抱っこ仕方)	9月16日(金)	9月30日(金)	
	10月14日(金)	10月27日(木)	

★ 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	9月1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
8	12	金	栃木保健福祉センター	① 13時30分～ ② 14時30分～
	24	水	大平ゆうゆうプラザ	③ 15時30分～

♥ 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(月～土) 内科 19時～22時 休日(日曜日、祝祭日) 内科 9時～21時 外科 9時～17時 小児科 18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)

お盆期間中の休日歯科診療
歯科医院が休診となるお盆の長期休暇中でも、救急患者が診察を受けられるよう、休日歯科診療を実施します。事前に電話連絡の上、受診してください。
診療時間 9時～12時、13時～15時

診療日	診療場所	電話番号
8月13日(土)	町田歯科医院(藤岡町藤岡)	☎(62)2439
8月14日(日)	添野歯科医院(片柳町1丁目)	☎(22)5395
8月15日(月)	みずしろ歯科(大平町西水代)	☎(45)2500

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～土曜 18時～翌朝8時 / 日曜・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～金曜 18時～22時 / 土曜・日曜・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



8月の当番医師(栃木地区急患センター)

1	月	青木(虎)(青木医院)
2	火	獨協医科大学病院医師
3	水	石川(TMC とちのき)
4	木	金子(金子内科医院)
5	金	獨協医科大学病院医師
6	土	嶋崎(とちぎ診療所)
7	日	黒木(知)(TMC しもつが) 川島(かわしまクリニック)/小児:獨協医大医師
8	月	関口(関口医院)
9	火	川田(かわたクリニック)
10	水	秋元(秋元クリニック)
11	木	金子(金子内科医院) 野崎(野崎医院)/小児:獨協医大医師
12	金	山田(合戦場クリニック)
13	土	青木(虎)(青木医院)
14	日	獨協医科大学病院医師 芳賀(芳賀耳鼻咽喉科医院)/小児:獨協医大医師
15	月	大森(うづまクリニック)
16	火	黒木(知)(TMC しもつが)
17	水	石川(TMC とちのき)
18	木	金子(金子内科医院)
19	金	獨協医科大学病院医師
20	土	江口(えぐち内科クリニック)
21	日	金子(金子内科医院) 石川(TMC とちのき)/小児:桜井(桜井こどもクリニック)
22	月	盛川(サンライズクリニック)
23	火	高田(高田クリニック)
24	水	中村(昭)(なかむら耳鼻咽喉科クリニック)
25	木	金子(金子内科医院)
26	金	獨協医科大学病院医師
27	土	長(大平ファミリークリニック)
28	日	青木(虎)(青木医院) 天下井(あまがい内科医院)/小児:獨協医大医師
29	月	渡辺(わたなべ内科循環器科クリニック)
30	火	獨協医科大学病院医師
31	水	石川(TMC とちのき)

風しん抗体検査・予防接種を受けましょう

風しんは「三日はしか」とも呼ばれる、急性の発疹性感染症です。感染経路は飛沫感染で、春先から初夏にかけて、感染者が多く見られます。感染すると2～3週間後に発熱や発疹、リンパ節の腫れなどの症状が現れます。子どもは比較的軽微な症状ですが、2,000～5,000人に1人の割合で、脳炎や血小板減少性紫斑病などの合併症が発症することがあります。大人がかかると発熱や発疹の期間が子どもに比べて長く、関節痛がひどいことが多いとされていますが、約15～30%の人は、無症状感染で終わることが分かっています。



風しんにかかりやすい年齢は1～9歳ころで、集団生活に入る幼児と小学校低学年に多く発生しています。しかし、2011年ころから地域流行がおこりはじめ、年々規模が大きくなり、2013年には年間14,344人の全国流行となりました。最近の罹患者数は、年間3,000人未満で推移しています。

2006年度以降は1～2歳までの間に1回、小学校就学前の1年間で1回、計2回の定期予防接種を行っていますが、1962年4月2日～1979年4月1日までに生まれた男性は一度も予防接種を受けていません。免疫不十分により風しんに罹患する可能性が高くなっています。

また、風しんに対する免疫が不十分な、妊娠20週頃までの女性が風しんウイルスに感染すると、胎児も風しんウイルスに感染し、目や心臓、耳、精神運動発達などに障がいを持つお子さんが生まれることがあります。先天性風しん症候群といえます。



「無症状だけど感染してしまっていて、知らないうちに職場や家庭の妊婦さんにうつしてしまった！」

このようなことを起こさないために、上記(1962年4月2日～1979年4月1日生まれ)の男性、妊娠を希望する女性やその配偶者の方は、積極的に風しんの抗体検査および風しんの予防接種を受けましょう。

問 健康増進課 ☎(25)3512

いきいき元気教室

日時 8月9日(火) 13時15分～14時15分
会場 栃木市老人福祉センター泉寿園(今泉町1丁目)
対象 栃木県内在住でおおむね65歳以上の方
内容 『健康寿命を延ばすために必要な～いいかげん体操①～』
講師 勝 恵美氏(健康運動指導士) 協力:国府地域包括支援センター
定員 20人程度 費用 施設利用料のみ
持ち物 筆記用具、タオル、飲み物
申込 電話または窓口



問 栃木市老人福祉センター泉寿園 ☎(27)3818

集団検診(受診には予約が必須です)

健康増進課 ☎(25)3511

集団検診日程(受付時間7時30分～10時30分) ～1年に1回検診を受けましょう～									
月	日	曜日	会場	対象	月	日	曜日	会場	対象
8	2	火	静和地区公民館	男女	9	4	日	CITY GYM&SPA 遊楽々館	男女
	3	水	北部ゆったり～な	男女		8	木	長寿園	男女
	4	木	大平ゆうゆうプラザ	女		10	土	大平ゆうゆうプラザ	男女
	8	月	藤岡保健福祉センター	男女		14	水	栃木保健福祉センター	女
	10	水	栃木保健福祉センター	女		15	木	栃木保健福祉センター	男女
	12	金	CITY GYM&SPA 遊楽々館	男女		18	日	栃木保健福祉センター	男女
	18	木	栃木保健福祉センター	男女		21	水	都賀公民館 ※1	男女
	20	土	栃木保健福祉センター	男女		22	木	大平ゆうゆうプラザ	女
	26	金	藤岡公民館 ※1	男女		24	土	藤岡保健福祉センター	男女
	28	日	大平ゆうゆうプラザ	男女		26	月	栃木保健福祉センター ※2	女
29	月	栃木保健福祉センター	女	27	火	北部ゆったり～な	男女		
31	水	栃木保健福祉センター	男女	28	水	大平ゆうゆうプラザ	男女		

※1 8/26、9/21は受付時間:8時30分～11時
※2 9/26は託児サービスを実施します。(完全予約制となります。詳しくはけんしんガイドブックをご覧ください。)