

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/小児を含む)
休日(日曜日)…9時～21時(内科)
9時～17時(外科)
18時～21時(小児科)
休日(祝祭日)…9時～21時(内科/小児を含む、外科)
※当番医は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。
※受付は、診療時間終了30分前までにお済ませください。

【4月の当番医師】

1日	野崎(野崎医院)
	河口(達)(河口医院)/小児: 斉藤(伸)(さいとう小児科)
2月	青木(虎)(青木医院)
3火	鈴木(紀)(すずきクリニック)
4水	石川(TMCとちのき)
5木	金子(金子内科医院)
6金	宮田(あじさい内科クリニック)
7土	箕輪(箕輪内科)
8日	石井(石井内科医院)
	岡田(岡田皮膚科耳鼻咽喉科クリニック)/小児: 木内(TMCとちのき)
9月	栗田口(栃木中央クリニック)
10火	山門(山門クリニック)
11水	中村(昭)(なかむら耳鼻咽喉科クリニック)
12木	中村(洋)(都賀中央医院)
13金	中元(中元内科医院)
14土	青木(虎)(青木医院)
	金子(金子内科医院)
15日	斉藤(浩)(はこのもりクリニック)/小児: 桜井(桜井こどもクリニック)
16月	永谷(大島医院)
17火	金田(金田医院)
18水	石川(TMCとちのき)
19木	金子(金子内科医院)
20金	石井(石井内科医院)
21土	横山(よこやま内科小児科クリニック)
22日	青木(虎)(青木医院)
	田村(田村医院)/小児: 河口(修)(河口医院)
23月	川島(かわしまクリニック)
24火	藤沼(仁)(大平下病院)
25水	河口(達)(河口医院)
26木	石川(TMCとちのき)
27金	橋本(安)(橋本医院)
28土	嶋崎(とちぎ診療所)
29日	永谷(大島医院)
	持田(持田医院)/小児: 斉藤(伸)(さいとう小児科)
30月	箕輪(箕輪内科)
	町田(メディカル・パパス)

《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)

《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 18:00～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

【大人】

毎日 18:00～22:00
☎028-623-3344 プッシュ回線の場合 #7111

《とちぎ医療情報ネット》

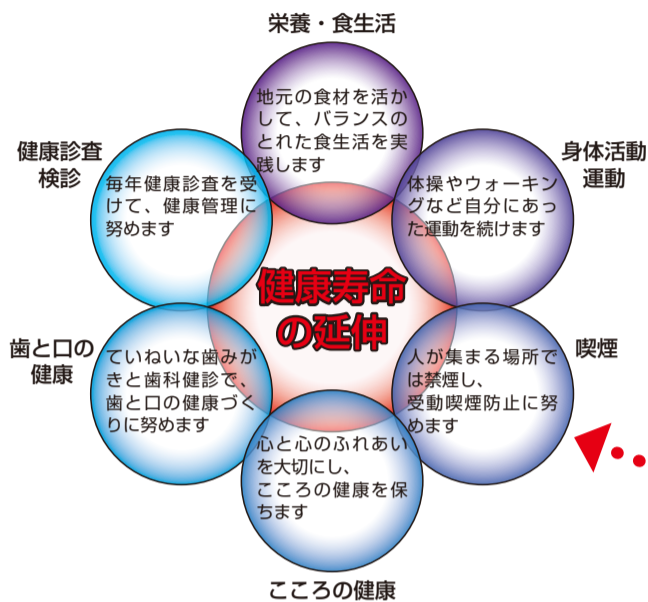
県内の病院・診療所・歯科診療所・薬局等の情報を提供するためのシステムです。
○ホームページ
「とちぎ医療情報ネット」で検索



めざせ 健康寿命の延伸！！ あったかとちぎ健康都市宣言



本市の健康都市宣言は、健康増進計画の6つの重点領域にあわせ、6つの目標を掲げ「健康寿命(健康で自立して暮らすことのできる期間)の延伸」を目指しています。
家庭・学校・職場・地域が互いに協力し、支え合いながら一人ひとりが健康づくりの輪を広げ、誰もが幸せな人生を送ることができる「みんなが笑顔のあったか栃木市」を実現します。



「あったかとちぎ健康都市宣言記念式典/記念講演会」を行いました(1月20日)



～女優の倍賞千恵子氏の講演～
検診でがんを早期に発見することの大切さについてお話されました

～市民代表者による健康都市宣言の唱和～
宣言文は市民代表者の方とともに協議し策定しました

平均寿命が延び、90歳まで生きることが珍しくない時代となりました。

「健康寿命の延伸」は
幸せな人生のための備えです

健康づくり事業のひとつとして、保健師・栄養士・歯科衛生士が自治会公民館や事業所に出向き、健康に関するお話をする「出前講座」も行っています。気軽に問い合わせください。

子どもの予防接種を受けましょう

予防接種法による定期接種は、法令で「受けるよう努めなければならない」とされています。市から通知書・予診票がお手元に届いたら、協力医療機関に予約をし、なるべく早めに接種しましょう。

対象年齢になると通知が届く予防接種

- ・生後2ヶ月になる月初め…ヒブ、小児肺炎球菌(1～3回目)、B型肝炎、四種混合、BCG
- ・1歳になる月初め…麻しん風しん混合1期、水痘、小児肺炎球菌(追加)
- ・3歳になる月初め…日本脳炎1期
- ・9歳になる月初め…日本脳炎2期

4月に通知が届く予防接種

- ・麻しん風しん混合2期…年長児(平成24年4月2日～平成25年4月1日生まれ)
- ・二種混合(DT)…小学6年生(平成18年4月2日～平成19年4月1日生まれ)
- ・日本脳炎特例対象者…高校3年生(平成12年4月2日～平成13年4月1日生まれ)

費用 無料
持ち物 母子健康手帳、記入した予診票
接種場所 市内協力医療機関(市外で接種する場合は、問合先へ)
問合先 健康増進課 ☎(25)3511

とちぎの予防接種ナビ

お子さんの生年月日、接種歴などから自動でスケジュールを作成し、接種日が近づくとメールでお知らせ。感染症の情報や市からのお知らせもお送りします。
<http://tochigi.city-hc.jp/>



健康づくり推進会議参加者・健康増進計画推進部会員の募集

- 健康づくり推進会議
生涯を通じた健康の実現を目指し、市民の密着した総合的な健康づくり対策事業を推進するための会議で、意見をいただきます。
- 健康増進計画推進部会員
「いきいき元気!あったか「とちぎ」」をスローガンのもと「健康寿命の延伸」を目指し一緒に活動していただきます。

☆共通事項
対象 市内在住の満20歳以上の方(公務員・行政委員の公務に携わっている方を除く)
活動等 会議への出席(年2回程度開催予定)等
謝礼 会議1回出席につき4,000円
任期 2020年3月31日まで
定員 各3人
申込 所定の申込書に必要事項を記入のうえ、5月2日(水)までに問合先に直接・郵送・FAXにて。

申込書は健康増進課(栃木保健福祉センターまたは市役所本庁舎2階)、各総合支所市民生活課、各公民館、市ホームページにあります。
問合先 健康増進課 ☎(25)3512

乳幼児健診等のご案内

乳幼児健診				
※個別通知で案内した時間にお越しください。				
内容	月	日	曜日	会場
4か月児健診				
	12	木		栃木保健福祉センター
	19	木		大平ゆうゆうプラザ
	25	水		西方保健センター
9か月児健診				
	9	月		栃木保健福祉センター
	17	火		栃木保健福祉センター
	18	水		大平ゆうゆうプラザ
	25	水		西方保健センター
1歳6か月児健診				
	5	木		大平ゆうゆうプラザ
	18	水		栃木保健福祉センター
	26	木		栃木保健福祉センター
3歳児健診				
	6	金		大平ゆうゆうプラザ
	10	火		西方保健センター
	13	金		大平ゆうゆうプラザ
	27	金		栃木保健福祉センター
2歳児歯科健診				
	20	金		栃木保健福祉センター
	24	火		大平ゆうゆうプラザ

両親教室		
※事前に問合先へ電話にて申し込みください。		
内容	会場	日程
育児体験・妊娠中の栄養	栃木保健福祉センター	5月17日(木)
妊娠中の過ごし方と口腔ケア	大平ゆうゆうプラザ	4月27日(金)
妊婦体験・赤ちゃんのお風呂	西方保健センター	6月1日(金)
		5月9日(水)
		6月30日(土)
		6月20日(水)
子育て相談(乳幼児) (受付:10:00～11:00)		
※希望者どなたでもご利用できます(申込み不要)		
内容	日程	会場
保健師による育児相談・交流	★4月19日(木)	岩舟遊楽々館
保育士によるふれあい遊び	4月20日(金)	大平ゆうゆうプラザ
★は栄養士による栄養相談も実施しています	★4月23日(月)	栃木保健福祉センター
	4月26日(木)	西方保健センター
母乳相談(1歳未満児) (受付:9:45～10:00)		
内容	日程	会場
助産師による母乳相談	4月10日(火)	栃木保健福祉センター
離乳食・むし歯予防教室(対象:10～11か月児)		
※定員30人の申込み制です。開催日1か月前から申し込みを受け付けます。		
内容	日程	会場
栄養士による離乳食のお話、歯科衛生士によるむし歯予防のお話、個別相談	4月23日(月)	栃木保健福祉センター

成人健診等のご案内

こころの健康相談				
カウンセラーが相談に応じます。※予約制です。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
4	20	金	栃木保健福祉センター	①13:30～ ②14:30～ ③15:30～

健康相談・栄養相談
健康づくりや生活習慣の改善・見直しなどについて保健師や管理栄養士等が相談を受けます。お気軽にご利用ください。
※予約制です。事前に問合先までご連絡ください。
《問合先》 健康増進課 ☎(25)3511・(25)3512
各総合支所市民生活課窓口