



栃木中央クリニック院長  
栃木南中学校 学校医

あわたぐち あつこ  
**栗田口 淳子** さん

栃木南中学校の学校医を20年務められ、このたび市政功労表彰を受賞された栗田口さん。学校医としてのお仕事や私たちが健康で暮らしていくためのアドバイスなど、お話を伺いました。

**キラキラした目**  
代々続く医師家系6代目の栗田口さん。お父様も長く栃木第三小学校の学校医として活躍されていました。ご健在だったお父様の手伝いで、小学校に入る前の就学時の健康診断をした時のこと「入学を待ちわびる子どもの目は、みんなキラキラ輝いていました。」と当時を振り返り、「キラキラとして、生き生きとした学校生活を送ってもらうために健康面でサポートするのが、学校医の役目だと思っています。」と話してくれました。  
ご自身もお父様に続き学校医を務め、栃木南中学校を担当する栗田口さんは、「最近では身体の固い子どもが多いです。身体に柔軟性が無いと部活動など運動しても、ケガの原因になりやすから、検診の時も、ストレッチをアドバイスしたりします。『先生のアドバイスを聞いて、1年間ストレッチし

ましたよ!」なんて言ってくれる子どももいて、本当に嬉しくて、学校医をやって良かったと思います。」と笑顔で話します。  
**医療従事者の感染対策とは?**  
また、コロナ禍では、医療従事者として患者さんに接する機会も多く、感染リスクが高いはずの栗田口さんですが、未だに新型コロナウイルスに感染していないそうです。実践している感染対策は、「マスクをして、手洗いとうがい。それから三密を避ける。特別なことはなにもしていませんよ。」と教えてくれました。  
5類感染症に位置付けが変更されたとは言え、コロナとの戦いを続けていかなければならない私たちも、見習っていききたいと思いました。  
**いつまでも健康で暮らしていくため**  
最後に私たちがいつまでも健康で暮らしていくためのアドバイスをお聞きしました。  
「大切なのは、気持ちです。お料理や編み物、何でもいいから、『趣味や生きがい』を持って、楽しいことや嬉しくなる時間を過ごしていけば良いと思います。」と教えてくれました。  
「先生に診てもらって良かったよ、ありがたう、と言われるのが何より嬉しい。私にとつて『趣味や生きがい』は、医師としての仕事です。」



## とちぎ市男女共同参画のつどい

市では、市民の皆さんと共に男女共同参画社会づくりをすすめるため、講演会を開催します。



「妻のトリセツ」  
でおなじみ



栃木市ふるさと大使  
黒川 伊保子氏

**1月27日(土) 13時30分~15時30分(開場13時)**

**会場：栃木市大平文化会館(大平町蔵井)**

**定員** 800人(先着順/事前申込不要)

**入場** 無料(手話通訳あり)

**スケジュール**

13時30分 栃木市男女共同参画推進事業者表彰、取組事例発表

14時 講演会(90分)

演題：男女のミヅを科学する part 2

脳とコトバ~日本語はなぜ美しいのか~

講師：栃木市ふるさと大使・人工知能研究者 黒川 伊保子氏

**主催** 栃木市・栃木市男女共同参画地域推進員

**協賛** 栃木市女性団体連絡協議会・おおひら男女共同参画をすすめる会

**問** 人権・男女共同参画課 ☎(21)2162



## エコライフ in とちぎ 入場無料

消費生活展も同時開催・製品プラスチックの回収も行います

**2月4日(日)13時~16時**

**会場：とちぎ岩下の新生姜ホール(栃木文化会館/旭町)**

**スケジュール**

14時 オープニング『雅楽バサラ』による生演奏等

14時30分 講演会(60分)

演題：「ある幸せ、ない幸せ ~自分で決める暮らし方~」

講師：元朝日新聞記者 稲垣 えみ子氏

**環境に関する展示(展示室・大会議室等)**

**問** 環境課 ☎(21)2420

### 製品プラスチックの回収

対象は、家庭で使用していたプラマークのないプラスチックのみでできた製品で、容器包装プラスチック以外の硬質系プラスチック類(例：衣装ケース、椅子、植木鉢、プランター、桶、洗面器、バケツ、ウォーターダンベル、買い物かご、ごみ箱、米びつ、ハンガー、コンテナBOX等 ※塩ビパイプは回収の対象外)。汚れを落としてご持参ください。

**問** クリーン推進課 ☎(31)2447



稲垣 えみ子氏



## 災害情報テレホンサービスの電話番号が変更になります

栃木市内で発生している火災・救助・その他の災害(救急出動を除く)について、災害の種類や場所などを電話(自動音声案内)で確認することができるサービスの電話番号が変更になります。

**変更日** 令和5年12月20日(水)から

**変更後の電話番号**

**050-1808-9939**

**お願い** 119番での災害情報のお問い合わせは、限られた緊急通報回線を使用してしまい119番通報の受信ができなくなるためおやめください。

**問** 消防本部通信指令課 ☎(22)0119 (ガイダンス6番)

